想要获取更多资源吗？



点击上方图片，即可进入修行资料中心，探索浩如烟海的佛经经典、禅修指南、开示讲记以及实修方法等珍贵内容。这里汇集了助您精进修行的各类资源，无论您是初学者还是资深修行者，都能在此找到滋养法身慧命的甘露法雨，开启智慧，增长福德，成就菩提！

宣化上人开示录（一）

一．寻声救苦念观音

无论什么法门，只要你有忍耐心，都会有所成就。

◎一九七

六年三月十五日开示于观音七

从无量劫以来，生了又死，死了又生，经过有百千万劫这么长的时间，也没有遇到过观音法会，所以我们的习气毛病丝毫没有减少，而无明烦恼一天比一天多。现在既能遇到观世音菩萨法会，这也可以说是在无量劫以前所种的善根，到今天才成熟，所以才能参加这样微妙不可思议的法会。如果你没有善根，没有德行，是没有机会让你打观音七的，所以要珍惜这七天的宝贵时间，不要打妄想，虚度光阴。如果尽打妄想，虽然参加这个法会，也等于没有参加一样，因为你不会得到什么好处。

虽然，这法会才开始两天，可是我知道有人已经见到菩萨、见到光……有种种不可思议的境界现前。又有人将要开五眼。所以没有得到好处的人，应该生大惭愧，不要以为自己没有得到好处，其他人也是这样子，不是的。

金山圣寺，也可以说是沙里澄金的工厂。谁想要真修行，就不能离开金山圣寺，想再找修行的地方，就不容易找了。金山圣寺里的人，皆是有道心的修行人，纵使在极度艰难困苦的环境下，也要用功修行。

修道的法门，有八万四千那么多种。每一种法门，你都要明白一点，不要单单知道一种而已。若能每一种法门都知道一点，久而久之，就把所有

的法门都明白了。单单只明白一个法门，就不容易体会佛法深如大海的境界。就好像愚人“以管窥天”，还以为天只有管口那么大而已。你要是不用竹管子，且看天究竟有多大？所以学佛法，不要单单知道一种法门，应该法法皆通，法法皆明。现在打观音七，是佛法中的一部分。你如果没有修过这个法，就一定要来试验一次，不要没有试验，就不修了。如果能圆满打完这七天，对你身心定有好处。诸位千万不要当面错过，失之交臂！

菩萨是修六度万行。六度：

（一）布施：自己要布施给其他人，不是要其他人布施给自己。

（二）忍辱：现在是打观音七的时候，就看你能不能忍。要是能忍，就能圆满地打完观音七。要是不能忍，就一天到晚打妄想。譬如：“我等一会儿要到某一间餐厅去大吃一顿。”或者想：“我在此处念观音，有什么用？简直是胡闹，赶快跑！”这都是没有忍。没有忍的人，不能修道。你修坐禅也可以，念佛也可以，念观音菩萨也可以，这都是一样的法门，根本上没有什么分别。

无论什么法门，只要你有忍耐心，都会有所成就。你要是没有忍，什么法门也修不了。没有忍耐心，常常觉得这样也不对，那样也不好，事事不如你的意，那么，你能修什么呢？道是没有我见，没有我执。如果有所执着，就永远不能修道。有人说“我要参禅”，你要参禅，更需要有忍辱心。

（三）持戒：即“诸恶莫作，众善奉行。”

（四）精进：即不懒惰。

（五）禅定：我们念观世音菩萨，就是求观世音菩萨帮助我们获得禅定

（六）智慧：有了禅定，就生出智慧。所以六度是有连带关系的。

有人说“我喜欢专门修禅定”，那么我告诉你如何修禅定，就是一进入禅堂，不论怎么样，也不能出禅堂一步。有人说：“假如有病了，怎么办？”有病你就病，有病也要参禅！要是死了，怎么办？死了也不可以抬到禅堂外边去。参禅的人死了，就把他的尸体放到空的坐单底下。纵使发臭了，也放在那儿，不往外抬。人死了，也不准出去。有人说：“那不等于监狱一样吗？”等于监狱？你难道不觉得你现在是在监狱吗？每一个人都在监狱里，不过你自己不知道而已。你的自性想出也出不去，想回来又不能回来。出去了，不能回来；回来了，不能出去，这是自由吗？每个人的身体就是个监狱，只是你不了解。

我们现在坐禅，一进禅堂，就不准出禅堂的门口。谁一出去，香板就往头上、背脊打下去，这就是打七。打观音七，也是一样不准出禅堂。谁一出去，就要挨打。谁叫你来的？有人说：“我是看到公告，所以才来。”可是公告上面，并没有写来了就可以走。走，可以的，但是要付大家的伙食费，才可以走，否则是不可以走的。为什么呢？因为你一走，旁人看你走，也跟着走了。你也走，他也走，大家都走了，这叫做破坏道场。为了避免你破坏道场的罪，你需要负担大家的伙食费。如果你付不起，那就最好不要走！

你们各位都是有缘才到金山圣寺。要是没有缘，连金山圣寺的门口也没法子进来。既然是有缘，大家不妨作为观音法会中的朋友，大家手拉着手，一起向前走。到什么地方呢？到每个人心中想要到的地方。我们每一个人，都要帮助其他人。为什么我要这样说呢？因为我怕你们走错路。

二. 观音菩萨与我们是兄弟

我们每位众生的心里，都有一位观世音菩萨。

六年三月十六日开示于观音七

我们天天念观世音菩萨，可是观世音菩萨是什么意思呢？“观”是观察世间所有的声音。观也是看，但不是向外看，而是看众生的心，看哪一位众生的心没有妄想，空了，就得到开悟。所以说“十方同聚会，皆共学无为”。十方的善男信女聚集在一起，共同修无为法。

念观世音菩萨，也是一种无为法，无为而无不为。这种无为法，就是叫你不要打妄想。你念“南无观世音菩萨”，观世音菩萨也念你，彼此互念。就好像你想你的亲戚，你的亲戚也想念你。我们和观世音菩萨，从无量劫以来，就是法眷属，法亲戚。从什么地方说起呢？从阿弥陀佛那儿论起。阿弥陀佛是西方极乐世界的教主，是观音菩萨的师父。观世音菩萨是帮助阿弥陀佛弘扬净土法门的助手。

我们和观世音菩萨就是法兄弟。观音菩萨是还没有生到极乐世界众生的哥哥，而众生是弟弟。如此说来，我们是很近的亲戚，所以我们想念亲兄弟，亲兄弟也想念我们。我们是观音菩萨的弟弟，观音菩萨是我们的哥哥。有人说：“观世音菩萨怎么会是我们的哥哥？那我们不是太高攀了？”观世音菩萨不仅仅拿我们当弟弟看待，也拿所有众生当弟弟看待。不然的话他为什么要寻声救苦？为什么众生有困难，他要帮助呢？因为他看一切众生，犹如手足一样，是他的骨肉，所以他才不怕一切艰难困苦，而救度娑婆世界的受苦众生。所以各位不要忘了自己的法兄弟。我们念一声“观世音菩萨”，观世音菩萨也念我们。我们叫一声“观世音菩萨”，里面包含的就是哥哥。观世音菩萨就叫一声我们这些未来的菩萨，未来佛“小弟弟”

你要是能这样看观世音菩萨，更应诚心，更应该亲切地念自己的法兄弟，不要空过。我们念观世音菩萨，不要低着头念，要抬起头来，表示一种勇猛精进的精神，不要现出颓丧不振的样子。观世音菩萨看你这么有精神，便即刻对你说：“快拉着我的手！”然后和你一起走向极乐世界。

又有人在打妄想：“观世音菩萨怎么一天到晚看看看？为什么我就不可以看？”你的看和观世音的看，有所不同。观世音菩萨是看里边，你是看外边。观世音菩萨是看自性，他的自性和每位众生都有电波。哪个众生在打什么妄想，他都知道。他是往里看他的电波，和你看的不同。因为有的众生离他很远，虽然他有千手千眼，但要看无量的众生，也是不够用，也看不过来。所以他要回光返照，反闻闻自性，看看自性的众生，哪一个正在受什么样的苦，他就去救度这个众生。可是你是向外看，把自己根本的智慧都忘了。所以你这个看和他那个看是不同的。还有人又打一个妄想：“法师啊！您讲这个开示，我无论如何也不相信。为什么我不相信呢？我们和观世音菩萨是兄弟，可是观世音菩萨是圣人，我们是凡夫，凡夫怎能和圣人称兄道弟呢？这不合乎逻辑学，所以我不相信。”好！你不相信，你讲的也是有道理，可是你这个道理，是属于凡夫的知见。因为你没有深入经藏，所以你的智慧不能如海。

《华严经》上说：“菩萨作是念‘我与众生无始以来，互为兄弟，互为父母，互为姊妹，互为夫妇。’”你说你不相信，这是因为你不明白《华严经》的道理。再者，不但菩萨看我们是众生，成佛之后，他看众生，是男子皆是我父，是女子皆是我母。既然佛看众生都是父母亲，那么我说观世音菩萨看众生是兄弟、是姊妹，这又有什么不合理呢？你说你不相信，是因为

你没有这种智能，没有知识。要不然，就是你所见太少了，所以才变得那么愚痴。我讲什么，你都不相信。佛为什么要度众生？因为他看“是男子皆是我父，是女子皆是我母”。他的父母在六道轮回中受苦，所以无论如何他也要度众生，希望他的父母离苦得乐。

我们天天念观世音菩萨，拜观世音菩萨。可是观世音现身在你面前，你又不认识，所以我们众生是很苦恼的。为什么观世音菩萨现身在你的面前，你也不认识呢？就是那个当面关，也就是你的考验。你念观世音菩萨，要学观世音菩萨的样子。观世音菩萨是大慈、大悲、大愿、大力，我们念观世音菩萨，也要学他的大慈、大悲、大愿、大力。无论谁对我们不好，我们都应该不动心。谁骂我们，我们都要忍；谁打我们，我们也要忍；甚至谁把我们杀了，我们也要忍，并且要认帐。为什么要认帐？假如我往昔没有骂过人，他也不会来骂我；我往昔没有打过人，他也不会打我。为什么有人骂我打我、杀我？因为我往昔在愚痴的时候，也骂过人、打过人、杀过人，所以今生遇到这种境界，要把往昔所欠的债务还清了。以前不明白的时候，就好像赖债不还，现在明白了，就应该老老实实地承认这笔债务。我们能承认这笔债，就能见到观世音菩萨，就和观世音菩萨有真正法眷属的关系。所以，我们念观世音菩萨，不要一见到人，就看别人的不对，你尽找别人麻烦，是自己苦未了，苦根未断尽。所以各位要认识境界，彻法底源。学佛法，必须要会运用佛法。要是不会运用佛法，无论你修到什么时候，佛法仍是佛法，你还是你自己。如果你会运用，那就和佛法打成一片，而不能分开。

忍，是最要紧，即是叫你忍你所不愿意忍的事情。譬如我不愿意挨骂，可是有人骂我，我都欢喜。我不愿意挨打，可是有人打我，我更欢喜。我不

愿意被人杀，生命是很宝贵的，可是有人要杀我，这是了脱我一生的业障，是我真正的善知识。所以各位啊！学佛法要倒过来学，修道也要倒过来修怎么倒过来呢？就是你不愿意的事，也要愿意。可是你所不愿意的事，也不是要你让给旁人。你要是和一般人一样，看不破，放不下，我、法二执不空，有我、人、众生、寿者四相，那么麻烦就现出来。若能退一步想，那么任何事自然海阔天空。

我们学佛法，不要往高深的地方去学，所谓“平常心是道，直心是道场”，用直心来修行。你念观世音菩萨，不要存一种贪心。不要说：“我念观世音菩萨，会发财。”这是办不到的。你要是没有贪心，反而会得到，一旦有这个贪心，反而得不到。你念观世音菩萨，也不需要向外宣传说：“我到某某地方打过观音七，你没有打过，你不如我。”不要打这种妄想。不贪名，不贪利，也不贪享受。

念观世音菩萨，就要平平常常地念，不要企求一切。不要像有人念观世音菩萨，说：“我没有儿子，要求观音菩萨给我儿子。”有人又要求个女儿。有的男孩子，念观世音菩萨是为求得一个美丽的女孩子。有的女孩子，就要求得个男朋友，这是不可以的。念观世音菩萨，应该把这些肮脏的念头去除，不要有贪嗔痴的心。譬如：天天穿衣，不要管它好不好，只求其不冷就可以了。天天吃饭，也不要有一种贪美味的思想。要是有这种妄想，那你就没有真心念观世音菩萨。要是真心念观世音菩萨，怎么还会想吃好？穿好？早已经把什么都忘了。什么都忘了，才能和观世音菩萨合而为一。

我们每位众生的心里，都有一位观世音菩萨。你现在所念的，是念自己心里的观世音菩萨。有人说：“我向心里找，怎么连个心都没有？”如

果你连个心也没有，那就不要念观世音菩萨了。因为那就是观世音菩萨。观世音菩萨就是没有心，他不打一切妄想，没有贪嗔痴。他也不计划今天要穿好的衣服，或吃一点好的东西，享受一点好的供养。他是一切无着，一切不求。他所做的是度众生。他愿一切众生离苦得乐，了生脱死，成佛道，而无所求于众生。他希望众生能真正明白佛法，没有贪嗔痴。我们念观世音，不要一天到晚打妄想："早上没有吃东西，晚上又没有茶喝，这太苦了受不了，快跑！"这真是没有出息的修行人！

三．弥陀佛七开示

念一句佛，虚空里便有一道光明。

◎一九七九年冬开示于万佛圣城

娑婆世界的人，都欢喜快乐，不欢喜苦恼；地狱的众生，欢喜苦恼，不欢喜快乐；饿鬼欢喜嗔恨，不欢喜慈悲；畜生欢喜愚痴，不欢喜有智慧，所以它才跑到畜生道去。

我们虽说欢喜快乐，不欢喜苦恼，但却不知道怎样才能没有苦恼；天上的众生，也是欢喜快乐，不欢喜苦恼。在佛和菩萨的境界上，没有苦恼，也没有快乐，苦乐俱忘。众生多数是颠倒，以是为非，以非为是；将黑作白，将白作黑。究竟他知不知道这是颠倒呢？知道的，虽然他知道，他仍然去做不对的事。明明知道不合法的，他专门去做，知道什么是对的，他却不去做。

譬如，念佛时去喝茶。喝茶有特别时间，不是随时随地可以喝。用念佛的时间去喝茶，是躲懒偷安。念佛念得倦了，便去喝一杯茶休息休息，懒惰

一下。若要真心念佛，怎会想起去喝茶？早就把喝茶忘了，何况喝牛奶？什么都忘了。真正在念佛，吃饭了没有也不知道，更何况喝茶？

有人说："念佛太危险了，连饭也不知道吃了没有。"这就是功夫。真正用功的人，吃饭没吃饭他不知道，穿衣没穿衣也不知道，睡觉没睡觉也不知道——什么都忘了。是白天？不知道；是黑夜？不知道。上不知有天，下不知有地，中不知有人，一切都空了。一切都空了，怎会想起要喝茶、要喝牛奶？

金山禅寺有位法师便不敢喝牛奶。一喝牛奶，欲念便高升，他控制不住，于是不敢喝。我们吃东西只为维持生命，以食物作药品。不吃东西会死亡，所以吃一点维持生命，并不需要什么营养的食物来滋补身体。营养一多，麻烦就大了。修念佛法门，就要时时刻刻都在念这一句"南无阿弥陀佛"，没有停止的时候。醒时也念，睡觉时也念。这一句"南无阿弥陀佛"六字洪名，拉也拉不断，扯也扯不断，用剑斩也斩不断。它的力量，比钻石还坚固。你没有任何方法能破坏这句"南无阿弥陀佛"，这才叫做"念佛三昧"。

念佛是这样，念经也是这样，持咒也是这样。在这情形之下，想打妄想也打不起来。修行并不容易的，看果真(三步一拜的恒实法师)为什么他发愿不喝牛奶？因为他知道牛奶的厉害。一喝牛奶，便有一股牛性，牛性来了，比老虎还要厉害。凡是对身体有营养的东西，你若不缺，身体若不亏，都不能用的。用了，就有很多麻烦，所谓"过犹不及"，太过和不及都是不好的。

娑婆世界的众生，一举一动，都是贪，都是嗔，都是痴。世间法，他用贪嗔痴去修行；出世法，他还是用贪嗔痴去修行。修行，他贪着开悟。坐了两天半禅，想要开悟；修了两天半法，想要有神通；念了两天半佛，便想得到念佛三昧！你看这贪心多大，都是贪心鬼的表现。

修行，要把它看作各人的本分。不需要贪，久而久之，功德自会圆满，菩提果也会成就。本来应该成功的，贪多却嚼不烂，吃饭要一口一口吃，把一碗饭统统塞到嘴里去，挤到口里一点地方也没有，你说怎样吃？嚼也嚼不动，更咽不下去。吃饭是最简单的比喻，这叫“贪多嚼不烂”。

修行，要行无所事，不要有贪心，不要我想如何如何，“我想开悟，我想得神通了。”哪会这样快？把种子种到地下，要等它慢慢长出来，时间到了，它自然成熟。古人说“铁杵磨成绣花针”，功到自然成，但你不要怕费事，时间久了，自然会磨成针。所以修道，就要去毛病。什么是毛病？你欢喜喝茶，这是毛病；欢喜喝牛奶，这是毛病；欢喜打妄想，也是毛病。如果一切贪图自在，用功便不相应。用功，是不怕苦、不怕难、不怕疲倦，才会有成就。这里要向你们诸位道歉！因为我欢喜说笑话，所以你们胖的人，听我说了以后，不要急着去减肥。要不然又头上安头，弄出很多麻烦来。

全世界都充满天灾人祸，黯淡无光。这表示人类的生命都有危险。这种杀人的戾气，前所未有。我们知道的有原子弹、氢气弹、核子武器，现在还有激光。这些杀人的利器，一旦使用起来，人类可能同归于尽。所以，时到今日，唯有依照佛法修行，才能消灭灾祸于无形。全世界充满黑气，黑业弥漫。哪个地方真有修行人，哪个地方的灾难就少一点。若遇很多人聚在一起修行，共同的力量，便能消灾化劫，无形中把暴戾之气，改为祥和之气

可是必先要脚踏实地，躬行实践，依照佛法修行。大家拿出真心来念佛。念一句佛，虚空里便有一度光明。若能恳切至诚地念佛，这光明便遍照三千世界，令三千大千世界的空气化为吉祥，把染污、暴戾、灾难的空气改变过来。

万佛圣城是世界上最光明的一个地方，因为万佛放光，遍照寰宇。你在万佛圣城，就是打妄想，比起在世界上做最大的功德还有功德。为什么这样说？因为万佛圣城的人，人人向善，就是打妄想，多数打善的妄想，很少打恶的妄想。所以万佛圣城，可以说是世界的太阳，世界的月亮，遍照大地，令一切众生普获清凉。所以住在万佛圣城的人，皆是往昔种诸善根，发过愿，愿意改造这个世界，令世界的灾难，化为乌有。所以，在万佛圣城的人，一举一动，一言一行，都要往正确的去做。不要同流合污，不要像一般人。万佛圣城里的住众，都是很善良的人，若有劣性众生，早晚他不能存在早晚他会自己迁单。

万佛圣城，在西方从地涌出，将来全世界所有的佛教徒，聚会一起，共同在此地修行，共同研究佛法。令佛教发扬光大，既然能在万佛圣城出家修道，将来一定会成佛。为什么？所谓“近水楼台先得月”，你先到了万佛圣城，会先得道。后来的，便会晚一点。有些人来到万佛圣城，觉得住不下来，因为他们感到这城市没有很多活动，很呆板，没有很多娱乐。但你应该知道，只向外求娱乐，反把你真正的快乐耽误了。在这世界里，要找假的会把真的丢了；要找真的，先要放下假的。不能又想修出世法，又放不下世间法。脚踏两只船，又要到江北，又要过江南，是办不到的。

现在打佛七，要一门深入，凭着真心、诚心、虔心，修念佛法门，不要空过一时一刻。要知道一寸时光，一寸命光，不用功，便增长罪业；真用功，便增长善根。要老老实实地念佛，才不致浪费光阴，生命才有点价值。

四．什么是佛法

修道，就是要“倒过来”。

什么叫佛法？佛法，就是世间法——不过是世间人所不愿意行的法。世间人忙忙碌碌、奔奔波波，出发点无非是自私，是为了保护自己的生命财产。而佛法，是大公无私，是为了利益他人。

学佛法，一举一动都要为他人着想，把自我看轻了，舍己为人，不令他人生烦恼，这就是佛法。一般人往往对于这一点认识不清楚，所以在佛教圈里争争吵吵、烦烦恼恼、是是非非，跟一般世俗人没有两样，甚至于有过之而无不及。一边学佛，一边造罪业；一边立功，一边损德。这样，对佛教不但没有利益，反而有大害。这就是佛所说的：“狮子身中虫，自食狮子肉。”

身为佛弟子，在佛教里这么自私自利，看不破，放不下，怎会与佛法有所相应？学佛的人要：

真认自己错　莫论他人非

他非即我非　同体名大悲

要彻底了解佛教的真理，自己必须先要修忍辱、布施，才能有所成就。必须要“翻过来”，这也就是与世俗的人有所不同，不要同流合污。修道，就是要“倒过来”，什么意思呢？即是“好事给他人，坏事与自己”。舍弃小我，完成大我。

你们皈依我的人，都是我身上的血和肉。无论把哪一块肉割去，都是很痛的。无论哪一个地方流血，元气都会受损伤的，所以你们要互相团结。为了要使佛教发扬光大，就要吃人所不愿意吃的亏，受人所不能受的侮辱心量要放大，行为要真实。如果不向真的去做，佛菩萨是知道的，不能欺骗佛菩萨。大家要检讨己过，痛改前非，真正认识自己以往的颠倒、不合理的作风。要老老实实，忘记自己，而为整个佛教、整个社会服务。

本来，在世界上，无论哪一个团体，哪一个社会，都是错综复杂，互相勾心斗角。在金山圣寺、万佛圣城、金轮圣寺，以及隶属法界佛教总会下的所有道场，都要把这种情形改善。当然，不能马上改得很圆满，可是也要一步一步去做，改到最圆满、最彻底、最究竟的地步。然后，还要念兹在兹，保存这种良好的行为、志愿，去发展佛教，令佛教发扬光大。这是每个佛弟子应有的责任。佛教若不兴旺，乃是因为我本人没有尽到责任。不要把责任推诿到他人身上。若能这样，不久的将来，佛教一定能发扬光大，推行到世界每一个角落！

身为佛弟子，天天求佛庇佑，不外求佛帮助我，或者助我发财，或者助我升官，或者助我开智慧——只知道求佛帮助自己，但没有想想我们对佛教有什么贡献？是不是拿出真心来？就在这处要常常回光返照。皈依时发菩萨四宏誓愿：

（一）众生无边誓愿度。问问自己：“我度了众生吗？”若度了，不妨再多度一点。若没有度，便赶快发心度众生。

（二）烦恼无尽誓愿断。烦恼是无穷无尽的，但要把它反过来，化为菩提。反过来没有？若还没有，则快点把它反过来。

（三）法门无量誓愿学。自我检讨：有没有学佛法？有没有为佛教出点力？是不是学了死死板板的佛法，不懂得活用，一日曝之，十日寒之？

（四）佛道无上誓愿成。天下间没有比佛道更超脱、更究竟的法门。我有没有真正发愿去成佛？不但是自己成佛，还要度一切众生成佛！

且看，释迦牟尼佛往昔“三祇修福慧，百劫种相好”，为半句偈而舍生命，这种精神是多么伟大！为法之诚，多么高超！大家要效法这种精神

在洛杉矶的金轮圣寺，我每个月去一次，差不多有三、四年了。我觉得你们每个人没有从佛法得到真正的利益，没有真正体会到佛法伟大的精神还是把自己划到佛法的外边去，未能深入。要想佛教兴盛，首先要从自己身上做起，要献出真心，为佛教牺牲、努力，不要在小圈子里混。应以法界为体，虚空为用，“应无所住而生其心”，每个人果真能这样，那么佛教就会发达。

五．禅七的规矩

时刻用自己应该用的功夫，时刻把功夫提起来。

◎一九七四年一月六日开示于旧金山金山禅寺

法界佛教总会，成立于一九六八年。该会的前身，就是佛教讲堂。（总会）自从成立之后，每一年都举行佛七和禅七数次。所以，都在无声无息中过去了。很少人知道法界佛教总会所属的金山禅寺在打佛七或禅七。

因为我们对外不宣传，不攀缘，而是老老实实在修行。如有人知道愿意来参加，我们欢迎之至！但是我们绝对不到外边化缘，叫人帮助，对人家说：“我们金山禅寺在打禅七，有一些无心道人在修行，你们应该来供养，则功德无量。”我们从来就没有做过这样的宣传。

在中国打佛七的时候，善男信女所乐捐的功德香油钱，足够道场一年的开销，有时还有盈余。在打禅七时，有很多善士发心供养而结缘，这个法缘，源源而来，米、面、油、酱等等收入很多。在美国，佛教刚开始，一切要往好的方向去做，要将过去的陋习铲除，所谓“好的开始，就是成功的一半”。我们不采取任何方法来化缘，所以这种缘就没有了。如果会用方法，也许会化得更多。

我们为什么不去化缘？因为我们要老老实实认真修行，听佛菩萨的安排。佛菩萨和天龙八部护法善神，看我们用功修道，自然会有感应，如果我们不认真修行，就是有人来供养，也应该生大忏悔心。所谓“三心不了水难消，五观若明金也化”。我们要是存有过去心、现在心、未来心，这三种心不能了，那么，施主即使只供养一杯清水，也难消受。如果能把五观的道理明白了，就是吃金子（金，譬喻珍贵的食物），也能消受得起。什么是五观？

（一）计功多少，量彼来处。

（二）忖己德行，全缺应供。

（三）防心离过，贪等为宗。

（四）正事良药，为疗形枯。

（五）为成道业，应受此食。

今天晚上开始打禅七。我们金山禅寺的禅七，和中国各大丛林的禅七不同。他们打禅七是“打食七”，在晚上一定要吃麻油包子，就是镇江的金山寺和扬州的高旻寺也不例外。有很多禅和子，专到有麻油包子吃的寺庙去打禅七。哪个地方包子好吃，就到哪里去打禅七。他们不选择寺庙而选择包子的大小，所以有的寺庙以麻油包子又大又香为号召。并不是我诽谤出家修道人，放不下吃，的确是如此。

我们金山禅寺没有吃麻油包子的规矩，就是连小吃也没有。在中国打禅七时，有很多居士来供众，这一炷香，你供养四个桂圆；那一炷香，他供养两个花生糖，或者饼干，或者锅巴。总之，每炷香，都有人来供养。令无心道人生出贪吃的心来，吃得肚子满满的，无法静坐。我们这里就什么都没有，所以我们和他们不同。

我们从早晨两点三刻钟开始行行坐坐，坐坐行行，到晚上十二点钟休息。我们是修苦行，是苦干，是苦练，行人所不能行的事情。可是，如果不将“生死”二字挂在眉梢上，反觉得睡眠不够，坐在那里，正好入睡觉三昧。如果是这样子，永远不会有所成就。

我们要“舍死忘生”来打禅七，要认真用功打七，必须要得到自己应得的才受用。不要随波逐流，看人行我也行，看人坐我也坐，看人睡我也睡这样是不可以的。浪费时间，对自己无益。

我在以前曾经参加过几个地方的禅七，在任何地方都没有被监香者打过香板。为什么？因为我不睡觉。白天在禅堂里坐，晚上也在禅堂里坐，一天二十四小时都坐在禅堂，也不知道什么叫休息，什么叫睡眠？就是一秒钟的时间，也不随便放过去，时刻用自己应该用的功夫，时刻把功夫提起来。

你们各位都是善根深厚的人，都是聪明有智慧的人，应该把这事情看重，不可敷衍了事。尤其今年的禅七，一定要有人开悟。如果没有人开悟，等打完禅七，每人要打一百香板。你们觉得能受得了一百香板的话，就不要开悟。要是觉得受不了，那么，就要开悟。若是有人害怕被打香板，现在还没有开始打禅七，可以退出。既然参加之后，一定要有始有终，不可退出

禅堂的规矩，是已经告了生死假。就是有人死了，只能将尸体放在坐单底下，不许往外抬，况且又没有人死，更不可随便退出去。

我们在这里要立生死的门庭，不是生就是死，不是死就是生。

舍不了死　　就换不了生

舍不了假　　就成不了真

这是金山禅寺的门庭。所以今年的禅七，大家要努力再努力，无论如何，要认清自己的本来面目。如果不认识自己的本来面目，那么，谁也不要想走出金山禅寺的大门，就把你关在监牢里。这是今年大概的规定，希望大家遵守规矩。

六．以妄制妄参话头

参禅，就是不打其它的妄想。

◎一九七五年九月开示于旧金山金山禅寺

现在开始打禅七。在禅堂里不念佛，在佛七不参禅。现在是坐禅，行也是禅，坐也是禅，站也是禅，卧也是禅。总之，行住坐卧都是禅。从前参禅人，没有什么念头，这叫无念。所谓“一念不生全体现，六根忽动被云遮”，参禅，就是参一念不生。到了明朝以后，就采用参话头。现在所有的禅堂，都是参话头。话头有很多种，有的参“念佛是谁？”有的参“父母未生以前的本来面目？”有的参“如何是没有了？”等等。

参禅，就是不打其它的妄想。譬如参“念佛是谁？”总想念佛是谁？其实这也是妄想，但是用一个妄想来控制一切妄想，这是以妄制妄、以毒攻毒的办法。甚至于念“阿弥陀佛”，也是以妄制妄。就是念佛这一念，也

是不对的。参“念佛是谁？”这一念，也是没有的，但由这一个妄想就能把其它的妄想都制住了，这是参禅的一个道理。

参禅的人，“佛来佛斩，魔来魔斩”，不执着在一切境界。参禅参到“上不知有天，下不知有地，中不知有人，外不知有物，内不知有心”，到这个时候，与法界合为一体，才能豁然开悟。切记！不要被声尘所转，东望西看，心不专一。参到无我、无人、无众生、无寿者四相的时候，便能把生死的根本断了。面见释迦牟尼佛，才知参禅的好处。

从无量劫以来，一直到现在，才幸运遇到打禅七的法门。一定要特别专一，至诚恳切，好好用功，不要把宝贵的光阴空过，不要打好吃、好穿、好住的妄想，所谓“一寸时光，一寸命光”，时光和命光一样的宝贵。古人云

一寸光阴一寸金　　寸金难买寸光阴

失落寸金容易得　　光阴过去难再寻

这就是说，一般的光阴就这样的宝贵，何况在打禅七，时间的光阴更为宝贵。不知道在哪一分钟或哪一秒，就是开悟的时候，所以分秒必争，不可空过。希望参加禅七的各位，要勇猛精进，不可放逸。要忍一切苦，才得一切乐。忍人难忍，受人难受，这才是修道的精神。

七．认真修行莫放逸

要时时刻刻反省和检讨，有过改之，无过勉之。

我们第一个暑期班（一九六八年）在佛教讲堂开课。当时有很多人从西雅图来参加，为期九十六天。功课很忙，每天没有休息的时间，只有在星期六放半天假时，有的就去洗衣服，有的就做私人的事。《楞严经》就在那时讲的，计划在暑期班的期间把它讲完。最初每天讲一次，讲了一个时期，觉得时间不够，于是乎增加一次，每天讲两次。后来又怕讲不完，再增加一

次，这样，每天讲三次，到了最后，每天讲四次。在这个暑期班的期间内，勉强将这部《楞严经》讲完，功德圆满，回向众生。

《楞严经》讲完之后，就有五位美籍青年出家，三位比丘、两位比丘尼。这是美国最先有人出家，受具足戒的开始。以后每年都有暑期班，继续有很多人来学习佛法，也有人出家做比丘和比丘尼。虽然人数不多，但是金山禅寺的宗旨，重质不重量，只要实实在在修行，研究佛法，就是一个也不算少，何况不止一个。

金山禅寺出版一本英文杂志，定名为《金刚菩提海》（编者注：后改名为《万佛城金刚菩提海》，中英文对照），是月刊，刊登佛法要义，令西方人晓得佛法的来龙去脉，而对佛法有个正确的认识，不再误解佛教是迷信，是崇拜偶像，是消极悲观者，是社会的寄生虫。令一般人知道佛教是自由平等，没有种族、国籍、地域的界限，一律是佛弟子，以提倡世界和平为目标。佛教从有史以来，没有发生过战争，因为佛教的戒律，第一条就是不杀生，不但不杀人，就是其它的动物也不杀，而且还要放生，保护一切动物的安全，所以没有战争。

金山禅寺是在沙里澄金。若是金子，来到金山禅寺，等于回到自己的家里。虽然不讲话，但是读书很方便，没有人来打闲岔。天天研究佛法，这是很好的环境。美国人很多，但真正发心来到这里研究佛法，来听经学法的有多少呢？所以，成佛是一个一个成的，不是一群一群成的。世界上无论什么，都是以少为贵。我们金山禅寺研究佛法的人数虽不多，但在这世界上却是最贵重的，将来各位把佛法学会了，都可以到各处去弘扬佛法，利益众生。令一切众生早成佛道，这是我对各位的期望。

这次来参加暑期班的人，每一个人都必须要遵守时间，不要浪费光阴中国有句名言：“一寸光阴一寸金，寸金难买寸光阴。”所以时间是最宝贵的，最重要的。今年暑期班的同学，在这里要努力学习佛法，不要把宝贵的光阴空过去，一定要学点真正的道理。

现在有一件事情，想对各位说一说，本来我不想说，可是不能不说。什么事情？就是出家人一定要尊重自己，不要把自己看得太低贱，又不可以贡高我慢，要时时刻刻反省和检讨，有过改之，无过勉之。绝对不可散漫，不可放逸。你们大家既然跟我出家学道，凡是我所见到的，一定要讲出来，纠正你们的毛病。如果不讲，那是我对不起你们各位。我将所见到的事说出来之后，你们听不听，改不改，那是你们个人的事。我把做师父应负的责任尽到，问心无愧。你们可不要堕地狱的时候，才来埋怨师父。“啊！我师父当初为何不严教？如果好好教我，我怎会堕地狱？”

现在我把要说的话说出来，出家人切记！切记！不可以干涉别人的自由，不要影响别人的行动。自己不修行，不要妨碍他人修行；自己不持戒，不要妨碍他人持戒；自己不修德行，不要妨碍他人修德行。如果有这种思想和行动的人，一定要纠正过错，改恶向善。出家人，时时刻刻自己管自己一举一动，一言一行，都要合乎戒律，不荒唐，要认真。不可随随便便，所谓“无以规矩不成方圆”。所以，佛在入涅槃时，告诉阿难尊者说“以戒为师”，这是出家人的座右铭。

我们在吃饭的时候，要存三念五观。“施主一粒米，重如须弥山。吃了不修行，披毛戴角还。”这是多么危险！所谓“袈裟底下，失去人身。”所

以，出家人处处要严守戒律。我们在生死未了的时候，欲心未断的时候，时刻不能懈怠，处处不能马虎。所以普贤菩萨说：

是日已过，命亦随减。

如少水鱼，斯有何乐？

又说：

大众！当勤精进，如救头然，

但念无常，慎勿放逸。

我们出家人，一分一秒也要爱惜，所谓“一寸光阴一寸金，寸金难买寸光阴”。光阴如此的宝贵，不可浪费时间。每人要用功修行，精进再精进才能有所成就。凡是用功修行的人，没有时间说话，没有时间打闲岔。关于这一点，我希望每个人都要注意。我见到不修行的人，非常痛心。这岂不是辜负当初出家时所发的愿吗？这种口是心非的出家人，焉能为僧宝？盼望各位自己尊重自己！

八．若人静坐一须臾

我们在禅堂里静坐，不但对自己的功德是无量，就是对全世界人类的功德也是无量。

禅宗这一门，是直指人心，见性成佛的法门，也就是顿教。顿教，是由渐教勤修而成的，所谓“理可顿悟，事须渐修”。我们现在行住坐卧，就是渐修。等到有一天，真正明了，豁然开悟，就是顿。顿也没有离开渐，渐也帮助顿。

一般修行人，他修什么法，便说什么法是最好的，是第一的，要不是第一，他就不会欢喜它，也不肯去修行。你要是真明白，一切法都是佛法，皆不可得，便没有什么可执着的。

打禅七，是调身调心。调身，令身不乱动。调心，令心不打妄想，常常清净。心能常清净，则尽虚空遍法界都在自性里边。自性是无所不包，无所不容，也就是本来的佛性。

我们从无量劫以来，生生世世，世世生生，都被邪知邪见迷染得太深了，所以不容易明心见性。因为这个原因，所以要打禅七。打七叫“克期取证”，定下一个时间，在这个时间之内，一定要得到好处。

在用功方面，一定要求个明白。你要想真正明了，首先要学一个不明了。在禅堂里用功，用的是什么功？不知道。上不知有天，下不知有地，中间不知有人。从早上到晚上，做的是什么事？不知道。吃的是什么饭？不知道。穿的是什么衣？不知道。就是昏昏沉沉，什么也不知道。这叫“养成大拙方为巧，学到如愚始见奇”。就是说养成世界上最笨拙最愚痴的人，这时便会生出巧妙来。

此时，一通一切通，一了一切了，一悟一切悟。都通了，都明白了，彻底地开悟了。学到什么？也不知道，好像傻子一样。可是，就在此时，奇怪的事就出现了。

打禅七，就是要把你那些小聪明、小智慧都收起来，不要觉得自己什么都明白、什么都懂。如果你觉得什么都明白，你就是没有真正明白佛法的人。所谓“大智若愚”，外表看来，好像什么都不知道，可是心里什么都明白，这也就是小事糊涂大事明白，这种人才有大成就。我们在禅堂里，人家跑就跟着跑，人家坐就跟着坐，东西南北都不知道。这时候，才能转过身来，真正的明白，真正的了解。明白什么？明白自己的本地风光。了解什么了解自己的本来面目。

在禅堂里，要用功修行，少说废话，不要浪费时间。所谓“一寸光阴一寸金，寸金难买寸光阴”，坐禅确实是这样宝贵，不知在哪一分钟就能开悟，所以要分秒必争，任何时间也不能放过。若是到厕所，方便之后，即刻回到禅堂，继续打坐；到斋堂去，吃完饭之后，立刻回到禅堂打坐。总而言之，不放弃开悟的机会。不知哪个时候，就是开悟的时候。换句话说，行香、跑香、坐香，都是开悟的良机，不可错过！

清朝的雍正皇帝，有一次召见高旻寺和尚天慧禅师到北京去，和他谈论禅理，问他还识玉琳国师的宗旨吗？他没回答。皇帝便命他在宫里的禅堂坐七天，一定要参出答案来。否则，要斩他的头。在六天之内，他参不出究竟的答案。最后一天，急得他跑禅堂，跑来跑去跑昏了头，撞到大柱上，头上起了一个大疙瘩。这回清醒了！得到标准的答案，于是他来见皇帝，雍正知道他已认识玉琳国师的宗旨，他也所以开悟了。从此之后，才立下跑香的制度。

在禅堂里，就是行香、跑香、坐禅、参话头。行香就是快走，跑香就是慢跑，坐香就是坐禅，参话头就是思惟一句话。例如，参“念佛是谁？”一心一意参这句话，参到一心不乱、一尘不染的时候，就是开悟时。这些方法，是用来禁止妄想。没有妄想，就能开悟。

坐禅的目的，是要开悟。开悟之后，就有超人的智慧。所以，祖师们研究以毒攻毒的办法，用参话头来控制妄想，也就是用一个问题控制多个问题。参什么话头？参“念佛是谁？”你在什么时候把“谁”找到了，知道究竟“念佛是谁？”到那时候，你才是真正明白。明白什么？明白颠倒是非要远离。在《心经》上说：“远离颠倒梦想。究竟涅槃。”这些过程，要经

过一番苦功，才能有所成就。讲多了，打闲岔，还是规规矩矩脚踏实地去用功修行。

有一点大家要知道，在《三字经》上说“贵以专”，无论做什么事情，你能专心一意去做，最后一定会成功的。我们参话头也是这样，只想一个话头，白天想，晚上想，吃饭想，睡觉想，走路想，坐下想，非想到海枯石烂不停止。换句话说，就是“不开悟不休息”。想一个问题是真理，想多问题是妄想。

有这么样两句话，说得很有意思：“若人静坐一须臾，胜造恒沙七宝塔。”这是形容坐禅的功德，就是说坐禅的人，在须臾之间，能清净片刻，能修静虑的功夫，就比造恒河沙数，那样多的七宝塔的功德还要大许多倍因为造那样多的七宝塔，不过是供养佛舍利（灵骨）。如果能静坐一须臾，这是造佛的真身。所以说静坐一须臾（很短的时间），胜造七宝塔。静坐片刻就有这样大的功德，如果天天静坐，那种功德非算数所能算出来的。你能在一须臾之间不打妄想，清净其心，久而久之，你的心便能湛然常寂。

我们在禅堂里静坐，不但对自己的功德是无量，就是对全世界人类的功德也是无量。有人说：“我们的功德，怎能给全世界人类呢？”现在全世界的人，因为争名夺利，所以杀气腾腾，自私自利，你争我夺，搞得世界乌烟瘴气。人类斗争坚固，一天比一天厉害，一天比一天危险，一天比一天严重。如果再不设法挽救世界的危机，总有一天，地球会爆炸的。地球怎会爆炸呢？因为现在科学突飞猛进，大国研究杀人的武器，一日千里，互相比赛。例如核子武器、死光武器等等，一旦战争发生，这些武器便会将地球毁灭，到那时候，真正的末日就到了。

我们在禅堂里，用功修道，在无形之中能把这些杀气消灭，世界便没有危险了。怎样消灭呢？因为空气被污染，有许多毒素存在，无论是直接的，或是间接的，都会影响众生的健康，威胁众生的生命。你们看看，现在奇奇怪怪的疾病，越来越多，使医生束手无策。因为空气被污染了，混浊不干净，充满毒气。我们修道人，要用电疗把空气消毒，什么是电疗？就是静坐，从静坐中放出智慧光，这个智慧光就是电，这种电波放到空气中，有杀菌的作用。把混浊的空气变成清洁的空气，这叫电疗世界之病。

现在有人怀疑这种道理是不可能的。静坐怎么会把空气给消毒呢？现在来讲一个故事：在宋朝有位大文学家，名叫苏东坡，当时有位大禅师，名叫佛印。两人是道友，常有往来。有副对联："出入有僧皆佛印，往来无客不东坡。"证明他们的感情是很融洽的。

有一次，苏东坡居士作一首偈颂："稽首天中天，毫光照大千；八风吹不动，端坐紫金莲。"送给佛印禅师评论，因而引起二人的辩论。我们现在看这首偈颂中的"毫光照大千"，用这句来说明道理。这毫光就是电疗，照大千就是消毒。毫光能把大千世界混浊有毒的空气，消灭得一干二净，乃至丝毫的毒素再也不存在。

你能以毫光照大千，便能消除你的一分空气毒；他能毫光照大千，便能消除他的一分空气毒；大家能毫光照大千，便能消除大家的一分空气毒大家同心协力来帮助世界电疗这个病，这世界污浊的空气，就会越来越少光明的空气，也会越来越多，久而久之，空气便能完全转为清净。要知道污浊空气就是毒素，光明空气就是智慧。

现在的空气为什么会污浊呢？因为一般人不知道修行，不会使用电疗所以空气越来越污浊。我们修道人要负起责任，使空气清洁。不但自己要勇猛精进地坐禅，还要劝亲戚朋友来坐禅。坐禅的功德是无量无边，对身心有不可思议的好处，如果他们不相信的话，教他们试一试，不久即可得到不可思议的好处。大家努力坐禅，毫光照大千，空气的毒素，自然被消灭了。

各位注意！只要把妄想停下来，就会放出智慧光明，这种毫光能照大千，有消毒作用，你们会有无量功德，这种功德，能使全世界人类都得到好处。什么好处？就是把空气的毒素毒菌消灭，人类便再不会患绝症——这是间接得到的好处。

九．我们为什么不认识本来面目

顿悟，是平时用功，用到相应，才能豁然开悟。

在前边所讲“若人静坐一须臾，胜造恒沙七宝塔”，你坐在禅堂里，不打这个妄想，静坐一须臾，就有功德，胜造七宝塔。想来想去，连一须臾的时间也没有静坐，那么，一点功德都没有。为什么？好像认指为月一样，只见手指不见月，还说功德无量！无量！坐在那里念无量！又说，我能毫光照大千！我能毫光照大千！这种境界不是用想的，也不是用说的，而是去行的。

你能真正清净入定，那时才能毫光照大千。不能入定，胡思乱想是没有用处的，想来想去都是妄想，和事实相差十万八千里。又在想，我怎么样能入定呢？我怎么样能开悟呢？如果打这个妄想，怎么样都入不了定，怎么样都开不了悟。为什么？你只在皮毛上用功夫，不在般若上用功夫，净向外找，不向内求，永远找不到的。

各位，你们应做电疗医生来帮助这个世界，拯救空气污染中的众生。成就空气清洁中的佛，那么，大家现在要静坐，不要打妄想。这一点，希望你们要明白，要了解。现在我把清净空气的电疗法告诉大家，你们不妨试一试，看看效果如何？

今天是禅七第二天，你们所用的功夫有没有上路？是上正觉的路，也就是菩提路。你们参“念佛是谁？”有没有提起来？你们的妄想是不是放下了？若是没有提起“念佛是谁？”赶快把它提起来。好像“猫捉老鼠”一样，聚精会神在等待；又好像“鸡孵卵”一样，一心一意在想小鸡；又好像“龙养珠”一样，谨慎专一地保护，能念兹在兹来研究，才能有成就。

我们是持“日中一食、夜不倒单”的戒律。这种苦行敢说是世界第一家，尤其在打禅七的期间，每天坐十二小时，走六小时。这样辛苦，需要营养，所以在中国，从前打禅七的时候，每天晚上每一个人可得两个大菜包，皆大欢喜。我们这里没有这种规矩，所以吃中饭时要加菜，叫大家吃饱一点，有力气跑香。佛教的戒律，规定“日中一食”，就是在正午的时候吃饭一天只能吃一餐。到后来（有病的比丘允许他）过午不食，就是过了十二点钟以后，不可以再吃饭。可是在早晨可以吃粥，这是因为没有超过中午，所以不是犯戒。（**编者注：唐·道宣律祖《四分律羯磨疏》云：“佛教之中，一食为本，托缘开二，不是长途。至今西域统五天竺常行一食”。意即佛教之中是以一食为根本，托缘开二即后因个别出家人有胃溃疡之类的病，必须少食多餐，佛允许他早上食早粥，再加上中午正食故言开二，此是因病缘而开。无病之人不可以开，故言不是长途。至今即在唐朝时，西域以及五天竺［即整个印度］还是常行一食。**）

在禅七期间，如果没有吃饱，那么，跑香、行香、坐香，都没有力气，就会生退转心。怎样生的？参禅的人，到了晚上，肚子发牢骚，批评你太自私只知道修行，只知道开悟，对它一点也不关心，令它受痛苦。说你修的是什么道？一点慈悲心都没有，于是乎就不和你合作，所以使你容易生出退转心，不愿意修行了，前功尽弃。所以在禅七的期间，一定要吃饱，才有精神求智慧解脱。

参禅，好像人饮水一样，冷暖自己知道。用功有上路自己知道，用功没有上路自己也知道。用功上路的人，应该继续努力，没有上路的人，更不可懒惰。在打禅七的时候，要把一切放下。所谓“提得起，放得下”。提得起什么？提得起“念佛是谁？”放得下什么？放下所有的妄想，能把所有的妄想放下，智慧便生出来，若是放不下妄想，所用的功就不会相应。

在这七天之中，应该勇猛精进，不生丝毫懒惰的心，不生丝毫怀疑的心。大众一起用功，用功到无人无我的境界时，便会得到自在。若能用功到非空非色，就和“如来”合而为一。若是没有明白非空非色的境界，应当生大惭愧心：为什么我用功得不到相应？这是无量劫的习气太深的缘故。所以心中想向菩提路上走，事实上却不愿意向前走，总想向后转。要知道习气重，业障深，更应该把妄想放下。放下妄想，并不困难，只要把自己忘了，便没有妄想。就因为有了自己，才忘不了自己。

在禅堂里，用功修行，修到上不知有天，中不知有人，下不知有地。天地人都没有了，东西南北也忘了，这时候，一念不生，就全体现；全体大用，你都会得到。整天打妄想的话，功夫就不会相应。所以，要用功到一念不生行不知行，住不知住，坐不知坐，卧不知卧。行、住、坐、卧都不知道，所谓：

终日吃饭，未吃一粒米；

终日穿衣，未穿一缕纱。

这时的你，就和太虚合而为一，能和“太虚”合而为一，才能豁然贯通，忽然明白过来，这就是顿悟的境界。

顿悟，是平时用功，用到相应，才能豁然开悟；如果平时不用功，就不会有顿悟。好像小孩子出生之后，天天被熏习，到时候就会说话，他说第一句话的时候，好比开了悟。到时候就会走路，当他迈第一步的时候，也好像开了悟。他怎样迈第一步呢？因为天天看大人走路，在这种环境熏习之下自然而然地会走路。我们用功也是这样，今天用功，明天用功，用来用去，功夫相应了，一念不生，没有妄想，就会开悟。

这种开悟，或者是今生天天用功修行，时时用功修行，等到功夫成熟时，便开悟了，这是今生用功开悟。这时，有人说：“我看见一个人，他根本没有用功修行，可是他到禅堂不久就开悟了，这是什么道理？”这种情形是特殊的。今生他虽然没有用功修行，可是他在前生是用功修行，不但修行，而且还是时时刻刻在修行。不过，只差一点点没有开悟，等到今生他遇到这种境界就开悟了。

顿悟，虽然是即刻开悟，但仍须靠前生所栽培的善根。好像种田一样，春天播种，夏天耕耘，秋天才能收获。如果在春天不下种子，到秋天怎能收谷？所谓“一分耕耘，一分收获”。我们修道人也是这样，无论开悟或没有开悟，都应该勇猛精进，努力向前，希望在最后一秒钟得到收获，认识本来面目。

我们为什么不认识本来面目？因为“我相”没有去掉，“自私心”没有去掉。如果没有“我相”和“自私心”，就会认识本来面目。你要不想

认识本来面目，当然没有什么问题，修也可以，不修也可以，因为没有什么希望。我们修道人，一定要有一种希望，希望明白人是从什么地方来？又到什么地方去？想知道生从何处来？死往何处去？要把这个本来面目认识清楚，就要不怕苦不怕难，才能返本还源，也就是得到金刚不坏身。

我们在禅堂里做什么？就是锻炼金刚不坏身。既然是金刚不坏身，那么，就应该不知道苦，不知道疼，要是怕苦怕疼，便不能成就金刚不坏身。这个金刚不坏身是由锻炼而成的，现在就是锻炼金刚不坏身，把身体锻炼得坚坚固固，永远不坏。

这时候，有人在打妄想说：“我修这个不是为了这身臭皮囊，锻炼它不坏有什么用？”不错！你的理论很正确。可是，我说的“金刚不坏身”不是你说的那个臭皮囊。那么，它是什么？就是“自性”的金刚不坏身，也就是法身和慧命，以及自性清净本源的金刚不坏身。

各位！要知道，修道不是容易的事，你想修道，就会有魔，这种魔不是从一个地方来的，而是从四面八方来的。有的是病魔，有的是烦恼魔，有的是天魔，有的是人魔，有的是鬼魔，有的是妖魔。魔是从你不认识的地方来的，令你道心不坚固，令你修行不进步，他们用种种方法来诱惑你，威胁你令你生退转心，令你无定力而失道心。

坐禅到了相当程度时，就有魔来考验你的道力如何？或者化现为美貌的男女来引诱你。你不动心便过关，如果动心就堕落，这是紧要的关头，切记切记！一失足成千古恨！境界来考验我们修道人，我们也要考验境界是假是真。

用什么方法呢？这方法非常简单，就是念“阿弥陀佛”，一心不乱、一念不生地念。是假的境界，便会慢慢地消失了；是真的境界，越念便越清

楚。坐禅人不明白这个方法，有许多人走火入魔，丧失道业。又有许多人认为入了魔，而放弃开悟的机会。

在我年轻的时候，听人说：“修道就有魔。”我不相信，还骄慢地说：“什么魔我都不怕，妖魔鬼怪我都不生恐惧心！”自己以为没有什么关系哪知道没有多久，魔果然来了。什么魔呢？是病魔，这场大病害得我七、八天人事不省，什么也不知道。当时，自己知道功夫不够，所以经不起考验。妖魔鬼怪、天魔外道我都不怕，就怕病魔，还是降伏不了，还是忍受不了。所以修道人，不能说自满的话，说自己什么都不怕。如果你自满，麻烦就来了。

那么，修道人要怎样呢？要用战战兢兢的心情来修道，如临深渊，如履薄冰，时时刻刻要谨慎，要注意，提高警觉，这样才可以修道。一言以蔽之：“少说话，多打坐。”这是修道的基本大法。修道人的道业有所成就，是谁帮助的呢？就是魔来帮助的，好像一把利刀，是在石头上磨利的。修道人开了智慧光，也就是魔来帮助你开的，这个魔，应该把他当作护法看。

所谓“见事省事出世间，见事迷事堕沉沦。”你若能觉悟，对境能明白，这就是超出世界；你若不能觉悟，遇着事就迷了，就会堕入地狱。所以修道人不怕有魔，只怕没有定力。魔是来帮助你，是考验你，来看你有没有功夫，有没有定力？你要是有功夫有定力，无论什么样的魔，也不能动摇你。

修道人，时时刻刻把“生死问题”挂在眉梢上，时时刻刻都要了生脱死。要知道无论什么事情，都没有“生死大事”来得重要。这个生死问题

没有解决，所以不知怎样生，不知怎样死。所以在没有真正了解之前，应该努力用功，否则，永远要受生死束缚，而得不到解脱。

在修道时，要想这个“生死问题”，把什么魔都当作护法，他是来帮助你修道。有人骂你、打你，他是帮助你修道。有人说你的是非，找你麻烦，也是帮助你修道。总而言之，逆来顺受，都把他当做帮助你修道的朋友，那么，烦恼就没有了。没有烦恼，便生出智慧。有了真正智慧，那个时候，一切魔都没有法子来动摇你的心。

为什么会被魔的境界转呢？因为我们的智慧不圆满。智慧不圆满，遇事就迷惑，认识不清楚。我相、人相都生出来，众生相、寿者相也生出来，烦恼相也跟着跑出来，如果有智慧就没有这些问题。

十．菩提达摩祖师来中国

一华开五叶，结果自然成。

◎一九

八〇年十二月禅七开示

梁武帝普通元年（公元五二〇年）九月，菩提达摩（中国禅宗初祖）从印度乘船来到中国，抵达广州登岸，来到金陵（南京），和梁武帝问答，因不契机，离开金陵，北往洛阳。路过神光法师讲经处，顺便进来，发现神光法师辩才无碍，有天花乱坠、地涌金莲的境界，知道是载法之器。此时，神光法师见一位印度和尚来听经，情不自禁，生起我慢之心，讲完经之后，就在达摩祖师面前打个招呼。

达摩祖师提出问题：“请问法师，你在这里做什么？”

神光说：“正在讲经。”

达摩又问：“你讲的是什么经？”

神光不耐烦地说：“你从什么地方来？”

达摩说：“从印度来。”

神光又问：“难道印度不讲经吗？”

达摩说：“当然要讲经。不过，讲的是‘无字真经’。”

神光又问：“什么是无字真经？”

达摩说：“无字真经，就是一张白纸。你所讲的经，黑的是字，白的是纸，你讲它做什么？”

神光一听，心里不高兴，就说：“我讲经，教人了生死。”

达摩说：“你凭什么教人了生死？你自己的生死还没有了呢！”

神光一想，这个黑和尚，一定是魔王化身，来诽谤三宝，我要试一试他的法力如何？于是用念珠（铁制，作为降魔武器）朝达摩祖师脸上打去。此时，达摩没有防备，不幸被击中，门牙被打掉两颗，菩提达摩一想，圣人（达摩祖师是证果圣人）的牙齿如果落在地上，那里就会大旱三年。为慈悲众生起见，将两颗门牙吞到肚中。所以留下“打落门牙和血吞”的成语。达摩一言不发，转身走出道场，踩一芦草，渡过长江，来到河南嵩山少林寺面壁九年思禅机。

神光洋洋得意，以为自己是胜利者，不知达摩修忍辱波罗蜜行门。菩提达摩刚走，无常鬼就来了，就对神光法师说：“你是神光吗？”神光说：“我是神光，有什么事情？”无常鬼说：“我奉阎罗王的命令，请你去喝茶，谈谈你讲了多少经？念了多少经？还有多少经没有讲没有念？”神光一听，吓得魂飞九霄云外，知道寿命将终，乃恳求地问：“谁能了生死，不受阎王所管？”无常鬼说：“就是刚才那个满脸大胡子，被你打掉两颗牙齿的黑和尚。”神光一听，后悔自己，不应该发无明火，将证果圣人打跑了

于是乎向无常鬼要求：“能不能让我去找那个和尚，学学了生死之法？”无常鬼同情地说：“可以！不过速去速回，我好交差。否则，我担待不起。”

神光日夜赶路，急追达摩。追到嵩山，远见达摩祖师面壁而坐。欣喜若狂，急忙来到达摩祖师面前，恭恭敬敬地顶礼，忏悔地说：“请和尚慈悲，宽恕弟子鲁莽，不知和尚是证果圣人，多有冒犯，请和尚赐我了生死之法。”达摩回头一看，没有说话，继续打坐。神光跪在达摩面前不起来。一跪就是九年。

我们参禅打坐，坐不到两小时，腰也酸了，腿也疼了，就受不了。或者打吃饭的妄想，或者打喝蜜水的妄想。总而言之，心猿意马，控制不住，时时刻刻想往外跑。神光法师为法忘躯的求法精神，一跪就是九年，谁能跪九小时，恐怕办不到吧！

有一天，天降大雪，神光仍然跪在达摩面前。雪厚约有两尺之深。此时达摩抬头一见，深受神光这种求法的精神所感动，便问：“你跪在这里做什么？”神光说：“恳求和尚慈悲，传授躲阎王之法。”达摩说：“求法不是容易事，等天降红雪时，再传法给你。”

神光一想，释迦牟尼佛，在往昔做菩萨时，为求半句偈，曾舍身命。这念一起，福至心灵，见石壁上挂了一把戒刀，乃取下来，砍断自己的左臂，血涌如泉，将雪染成红雪。捧红雪来到达摩面前，请求传法。达摩说：“你为法断臂，求法真诚。”于是将不立文字，教外别传，直指人心，明心见性之法传授于神光，改名为慧可。

慧可又问：“我心未宁，乞师与安。”

达摩祖师说：“将心来与汝安。”

慧可沉默良久，然后才说：“觅心了不可得。”

达摩祖师说：“我与汝安心竟。”

慧可豁然大悟，成为禅宗第二祖。后将衣钵心法传授于三祖僧璨大师又传四祖道信大师，再传授于五祖弘忍大师，又传授于六祖惠能大师，此时，禅宗分为两派。北宗以神秀为代表，主张“拂尘看净，成为渐悟”，他的偈颂：

身是菩提树　　心如明镜台

时时勤拂拭　　勿使惹尘埃

南宗以惠能为代表，主张“立即开悟，成为顿悟”，他的偈颂：

菩提本无树　　明镜亦非台

本来无一物　　何处惹尘埃

后来分为五宗，就是沩仰宗、临济宗、曹洞宗、云门宗、法眼宗。达摩的偈颂：

吾本来兹土　　传法救迷情

一华开五叶　　结果自然成

果然到了六祖时，分为五宗。这种法在中国一代一代传承下来。现在又把这法传到美国来，但是不需要跪求，只要诚心修行，就可以得到这种法要。

十一．坐禅的姿势

结双跏趺坐，能消灭无量劫的业障，能了生死，生出无量功德。

◎

一九八〇年十二月禅七开示

万佛圣城每年都有几个禅七，每次七天。每年在弥陀圣诞时，先打一个佛七，然后连着又打三个禅七，为期二十一天。每年参加者，都是有始有

终，功德圆满。今年希望参加者，也要贯彻始终，不可半途而废，退出禅堂，否则，前功尽弃，浪费时间，一无所得。

打坐的姿势，要端然正坐，腰要直，头要正，不可前俯，不可后仰，不可左斜，不可右歪，然后结双跏趺坐，就是把左脚放在右腿上，再把右脚搬到左腿上，这才合乎标准。因为结双跏趺坐，容易入定，所以叫“降魔坐”，又叫“金刚坐”，又叫“莲花坐”。这种姿势能消灭无量劫的业障，能了生死，生出无量功德。

在一开始打坐时，必须练习这种基本的坐姿，再调整身体，眼观鼻，鼻观口，口观心，这是控制妄想的秘诀。然后将呼吸调匀，不急不缓，使其自然。这时再参“念佛是谁？”时间久了，就会起作用。

参禅，好像“母鸡孵蛋”一样用功夫。母鸡虽在想鸡子，可是体不离蛋，专心致意在孵蛋。不是孵了五分钟，就跑出去，过了一个时候，又回来孵蛋，不到五分钟又跑了，这种情形，永远孵不出小鸡来。我们参禅打坐也是这样，要念兹在兹，不怕腰酸，不怕腿疼，不怕苦，不怕难。一心一意在参，为什么？参“念佛是谁？”参到山穷水尽，水落石出的时候，便是开悟时

参禅，又像“龙养珠”一样用功夫。龙时时刻刻保护它的宝珠，没有不注意不谨慎的时候。所以这个宝珠，一天比一天光明，它昼夜六时精心的保护。参禅的人，也是这样，时刻不能生杂念。古德说：“一念不生全体现”，可以说妄念不生全体现。没有妄想，就会有所成就。

参禅的人，不想成佛，不想开悟，不想得智慧，只是努力用功，勤加修行，到时候自然会开悟。不可去想什么时候能开悟？如果这样一想，想到无量劫，也不会开悟。在禅堂里，行行坐坐，坐坐行行，时间久了，自然会有成功的机会，所谓“久坐有禅”。

参禅，又好像“猫捕鼠”一样用功夫，要聚精会神守在老鼠洞旁，等待老鼠出来，一爪捕之，不可懈怠，散乱其心就不能注意了。参禅的人，亦复如是，时时刻刻提起正念，不生妄念，这是参禅初步入门的知识。

修道人，不要到南山去找“道”，也不要到北海去找“道”。道，就在你的身边。你能结双跏趺坐，专心致意参禅，这就是道。不要有好高骛远的心，向外驰求去找道，那是永远找不到，舍近求远，到处找困难的事。这就是自找麻烦，自讨苦吃。

十二．参话头

不离“念佛是谁”，那就是智慧剑，斩断七情六欲，习气毛病一除尽，本性就现前。

◎一九八〇年十二月禅七开示

参话头，就是研究“念佛是谁？谁在念佛？”这句话的来龙去脉。所谓“大疑大悟，小疑小悟，不疑不悟”，参透“念佛是谁？”就是金刚王宝剑，能斩断一切欲念，只留有参话头的念，别的念一概没有了，这时道心就生出来。

“念佛是谁？”在没有打禅七之前，先打个佛七。打完佛七之后，再打禅七，比较有功效。先念佛，后参“念佛是谁？”参就是找，找这个念佛是谁？是鬼，是哪个鬼？是人，是哪个人？是我，我死了，还会不会念？装在棺材里，就没有人念佛。找究竟对“谁”念佛？念“谁”呢？找念佛是“谁”？“谁”在念佛？找不到。永远地找，也找不到。这个“谁”如果找到了，什么妄想也没有了。为什么还有妄想？因为没有找到“谁”的缘故。这个“谁”字，可以找上个大劫。

老修行坐在那里不动，就是在定中找这个“谁”字。因为专参这个“谁”字，一切妄想没有了，豁然开悟，在黑暗中现出光明，什么都看见了所谓“迷时千卷少，悟时一字多”，这就是“念佛是谁？”的道理。所以，谁能不打妄想，谁就有功夫；谁要打妄想，什么功夫也用不上，这就是参禅的中心思想。

参禅的功夫，就是专一其心来参，行也参，住也参，坐也参，卧也参。总而言之，时刻在参，不放弃参的机会。所以，在打禅七的期间，不拜佛、不念经、不上殿，也不过堂。到时候去吃饭，吃完饭立刻回到禅堂，继续参禅。到时候去厕所，方便后即刻回禅堂，继续参禅，不可浪费一分一秒，不知在哪一分哪一秒时间开悟？所以分秒必争。

所谓“不离这个”，不离哪个？不离“念佛是谁？”不离念佛是谁，那就是智慧剑，斩断七情六欲。这种习气毛病一除尽，本性就现前。本性现前，菩提道果就成就了。

我们在参禅时间，要面对现实，克服一切环境，抱定宗旨。苦，就是快乐的开始。我常对你们说：“受苦是了苦，享福是消福。”古人说：“祸兮福所依，福兮祸所伏。”就是说在不吉祥事情的后面，会有吉祥的事来；在吉祥事情的后面，会有不吉祥的事来。世间法都是相对的。

我们在往昔的时候，不知造了多少业？所以要受果报。若能努力用功勇猛精进，把业果受完，就会证道业。各位要注意！无论遇到“顺”的境界或“逆”的境界，都要忍受，忍受不了也要忍受。修道，就是修忍受。所谓“忍是无价宝”，能忍受得住，才能得到真正的快乐。好像练过武术的人，没有经验，等打架的境界来了，就把所学的招式忘了，等境界过去了，

想起招式，已经太晚了。参禅也是这样，等境界来了，要忍受，要吃亏，咬紧牙根，度过难关，便得到自在。

参禅，要朝于斯，夕于斯。在早晨也修这个禅定，在晚上也修这个禅定修的时间久了，自然就有成就。要能忍耐，腰酸不要管它，腿疼不要管它，一心一意参“念佛是谁？”这样就时刻不会打妄想，能摄受身心，令其清净，一点妄念不生。心不离“念佛是谁？”四个字，时时提起来，刻刻不忘记，这就是用功的目标。

参话头，是一个妄想；杂念，是多个妄想。用以毒攻毒的办法，所以用参话头的妄想来控制多个妄想，慢慢将妄想一个一个消灭，不再起作用。这时候，无论什么境界来了，都不会迷惑。分析清楚，就不会走火入魔。古德说：“宁可千生不悟，不可一日着魔。”修禅定要谨慎小心，不可偏差，正大光明，不要给魔找机会。杂念，是替魔开门，而参话头，即是驱魔的法宝。

十三．参禅的境界

坐禅，坐到内无身心，外无世界。

◎

一九八〇年十二月禅七开示

坐禅，坐到内无身心，外无世界，远无其物的时候，就能无我相、无人相、无众生相、无寿者相。这就是：“过去心不可得，现在心不可得，未来心不可得。”到这种境界，并不是得到真功夫，怎样了不起。或者坐一个钟头或者坐十个钟头，或者能坐一个月，甚至能坐十个月，这不过是功夫有点相应的现象，得到一点轻安的境界而已。经过轻安境界之后，继续参禅，便到初禅的境界。

初禅天名叫“离生喜乐地”，就是离开众生所喜欢的境界。在离生喜乐地打坐时，很快入定，在定中，呼吸停止，不入不出，不来不去，好像乌龟在冬季的时节，把头缩回壳内，外边停止呼吸，可是内部呼吸活动起来，这是冬眠现象。参禅人，在定中停止呼吸，出定时，照常呼吸。各位注意，如果到这种境界的时候，不可打妄想：“哦！没有呼吸啦！”这个妄念一生，马上恢复呼吸，不可不慎，否则，失去机会，必须再重来。

由初禅天精进修禅定，进入二禅天的境界。二禅天名叫“定生喜乐地”，就是常在定中生出一种快乐，这种快乐无法形容，所谓“禅悦为食，法喜充满”的境界。在定生喜乐地坐禅时，在定中不但呼吸停止，而且脉搏也停止。要注意：停止不是断绝，出定时，又恢复正常。

由二禅天精进修禅定，进入三禅天的境界。三禅天名叫“离喜妙乐地”，就是离开粗的欢喜，尚有细的欢喜，得到微妙的快乐。在离喜妙乐地坐禅时，在定中不但呼吸和脉搏停止，而且心念也停止，真像死人一样。这时念停止了，没有一切妄想。呼吸停止，血液没有氧气，停止循环，所以心脏不活动，没有脉搏。这时，一切杂念都没有了，譬如呼吸是风，脉搏是浪，心念是水。没有风，就无浪，水自然平静，所谓“风平浪静”，就是这个道理。这种情形，在定中是暂时的作用，并不是死亡的断气，可以随时随地恢复呼吸和脉搏的正常活动。

由三禅天精进禅定，进入四禅的境界。四禅天名叫“舍念清净地”，就是舍去三禅的妙乐，心念清净。气停止，脉停止，念停止，而且也舍了，这时清净本来妙真如性现前。这种境界，不可认为了不起，这不过是四禅的境界而已，并不是证果的现象，仍然是凡夫地位。因为还没有断欲，如果勇

猛精进，修外道邪定，则进入无想天，受快乐的境界。修正定正受，则进入五不还天，这才是证果的境界。

证初果罗汉，不但在定中没有妄念，就是在行住坐卧中，也没有妄想，没有执着。到初果的境界，还有七番生死。并不是证到初果，就入涅槃，只是断了三界八十八品见惑而已。

到初果时，无论见到什么境界，也不动其心。所谓“对境无心”，只有道心，专一修禅。外边境界如何庄严？如何美好？或者是美女，或者是俊男，也不动摇其心。这时候，不贪财、不贪色、不贪名、不贪食、也不贪睡，一切无所谓。到这种境界，才可以说是证果。证初果的罗汉，走路没有声音因为脚离开地面约有寸高，为什么？证果人，心怀慈悲，深恐踩死小虫等，所以在虚空走路。

各位注意！不可以未证言证，未得言得，这是犯了妄语戒，将来要堕落到拔舌地狱。信不信由你，我事先说明。在佛教中有人没有开悟，就说自己开悟，这种行为真要不得。就是真的开悟，也不要对人讲：“我开悟啦！得五眼六通。”不要自我宣传，自卖招牌，那就没有意思。

你真开悟，知道某人是菩萨，某人是佛，他们化身来到世间，那时候，他们就走了。在唐朝有两位大师，一位是寒山大师，一位是拾得大师。寒山是文殊师利菩萨化身，拾得是普贤菩萨化身。原来寒山和拾得是最好的道友。拾得（是丰干和尚在路旁拾来的婴儿，在国清寺养育成人）他在厨房管理烧水的工作，每天将残余的饭菜装在竹筒内，供养寒山。寒山住天台山月光岩洞中，每天到国清寺来取残余的饭菜。因为两人志同道合，常在一

起说笑，全寺僧人认为他们两人是疯子，所以不理他们。谁也不知道他们两人是菩萨化身，游戏人间，来度应度的众生。

有一天，闾邱胤太守见到丰干和尚（弥陀化身）便问："禅师！过去诸佛菩萨，常常化身来到世界，现在诸佛菩萨是不是也化身到这世界来？"丰干和尚说："有啊！不过你不认识而已。现在在天台山国清寺厨房烧水那个和尚，就是普贤菩萨，他有位道友寒山，就是文殊师利菩萨，怎说没有呢？"闾太守闻之大喜，拜别而去，急往国清寺，专程拜访寒山、拾得两菩萨。

来到国清寺，知客僧见太守光临，殷勤招待一番，得知太守的目的，觉得奇怪，不知太守为什么要见两个疯人？觉得莫名其妙。乃引导太守来到厨房。此时二人大说大笑，疯疯癫癫的样子，令人好笑。可是闾太守恭恭敬敬地给二人顶礼，毕恭毕敬地说："弟子闾邱胤请两位大菩萨慈悲，指点迷津。"拾得大师说："你在做什么？"太守说："我听丰干和尚对我说，两位是文殊和普贤二大菩萨的化身，所以特来参拜，恳乞开示。"

拾得一听，向后倒退而说："丰干饶舌！丰干饶舌！丰干是弥陀化身你不去拜弥陀，来麻烦我们做什么？"说完便退到寺门之外，到天台山月光岩，退隐石壁中。太守一看，大失所望，二位菩萨隐藏起来了，所以心中在想："回去拜弥陀吧！"等他回来时，丰干和尚已圆寂了。这是当面错过，所谓"对面不识观世音"。我们禅堂中也有观世音菩萨，可是我不能告诉你们，免得被你们给撵跑了。

十四．参禅能控制生死

愿意何时往生就何时往生，来去自由。

〇年十二月禅七开示

在北宋末年，中国有一位民族英雄，名叫岳飞。他幼年丧父，母亲很贤惠，母子两人相依为命。幼年时，他母亲教他识字、练字。家贫无钱买笔纸等，在沙子上练字，成为书法家。青年投军，他母亲在他背上刺“精忠报国”四个字。他时时不忘救国家民族的大志愿。

此时金人侵宋，占领汴京（开封），执徽钦二帝北去，康王构在杭州建国，成为南宋，称为宋高宗，用秦桧为相，当时文人主和，武人主战。岳飞大破金兵于朱仙镇（离汴京很近），有直捣黄龙（吉林农安）的壮志，不幸被秦桧嫉妒，用十二道假金牌召回京城。岳飞有“忠君爱国”的思想，班师回京。过长江时，经过江中金山寺，乃去拜访道悦禅师。

道悦和尚劝他不要回京城去，在金山寺（镇江）出家修行，可以免是非岳飞将生死置之度外，认为军人的天职，就是服从命令，没有“将在外，君命有所不受”的思想，所以拒绝道悦和尚一番盛意。临行时，道悦和尚作一首偈颂：“岁底不足，谨防天哭；奉下两点，将人害毒。”

岳飞回杭州，秦桧用“莫须有”三字，使岳飞父子下狱。等到临刑的时候，才悟道悦和尚的偈颂大意。那年的十二月二十九日过年，同时天降大雨，岳飞在狱中听到雨声，知道大难临头，想起道悦和尚的谶言终于应验了。“奉下两点”，就是“秦”字。果然被斩于风波亭。

秦桧问监斩人：“岳飞临刑时，说些什么话？”监斩人说：“只听他说，不听金山寺道悦和尚的话，所以有今天的下场。”秦桧一听大怒，派何立去金山寺，捉拿道悦和尚。道悦和尚在头一天于定中晓得这段因缘，乃留下一个偈语：“何立自南来，我往西方走；不是法力大，几乎落他手。”

写完之后，即刻圆寂。第二天，何立来到金山寺，老禅师已经圆寂。无可奈何，回去交差。这证明坐禅的功夫到了极点，

便可控制生死，愿意何时往生就何时往生，操纵在自己的手中，是很自然的现象。古时禅师，都有这种功夫。生死自如，遂心如意。在唐朝有位禅师，名叫邓隐峰，可以倒立而圆寂；近代金山活佛可以站立而圆寂。这都是由禅定的功夫，来去自由，不受一切的限制。

十五．修行要忍耐

修行人，主要能忍骂忍打、忍冷忍热、忍风忍雨、忍饥忍渴。

◎一九八〇年十二月禅七开示

释迦牟尼佛，在往昔修福修慧的时候，经过三大阿僧祇（无量数）劫，才成正觉。所谓“勿以善小而不为，勿以恶小而为之”，释迦牟尼佛在行菩萨道的时候，像头发那样细的善，也不放弃；像微尘那样小的恶，也不去做。所以福慧功德圆满，成为两足尊。

各位注意，善虽然小，也要修，集沙成塔，便成大善。恶虽然小，若去做，集少成多，便成大恶，永远不会成就道业。修行就是“诸恶莫作，众善奉行”。如果能诸恶莫作，那么福报会一天比一天增加。若能众善奉行，那么智慧会一天比一天增加。虽然在增长，但要继续修行，而不间断，才能有所成就。

我们现在行行坐坐，坐坐行行，在禅堂里用功修行，这就是修福修慧。如何修福？就是“不作诸恶”。如何修慧？就是“众善奉行”。在这种情形之下，福报也圆满，智慧也圆满，然后很快成就佛道，不需要经过三大阿僧祇劫。

释迦牟尼佛在往昔修行时，走错很多冤枉路，可是他很有耐性，不灰心，继续精进，勤修戒定慧，息灭贪嗔痴，最后达成佛果。我们修行佛法，比释迦牟尼佛幸运。他老人家给我们留下正道，只要按照目标前进，很快达到目的地——彼岸的净土。

释迦牟尼佛前生为常不轻菩萨时，修一种忍耐的苦行。见人就顶礼，口中还说："我不敢轻视汝等，汝等皆当作佛。"有人讨厌他的行为，所以他向人家叩头，还要遭受人的骂或打。有一次，行菩萨道，向人叩头，被人踢掉两颗门牙，但是不灰心，再接再厉，行叩头的苦行。这回学到经验，见到人来，在远处就先叩头，还说："我不敢轻视汝等，汝等皆当作佛。"叩完头，说完话，转身就走，想打他也追不上。常不轻菩萨，以"无我相"的精神来修福修慧。谁教他这样修行？没有人教他这样修叩头行，乃是他自己心甘情愿这样修行。被打被骂不生嗔恚，这就是修忍辱波罗蜜法门。

修行人最要紧的法门，就是忍耐。遇到不如意的境界，要忍要让，与世无争。若是不能忍，随时发脾气，把辛苦所修的功德，统统烧光。我们扪心自问，有没有这种忍耐力？向人叩头，反被人打，不生嗔恨。若能做到，就是佛弟子。若是做不到，赶紧摄守身心，向前勇猛精进修行。否则，浪费光阴空虚过，一无所得。修行人主要能忍冷忍热、忍风忍雨、忍饥忍渴、忍骂忍打。学常不轻菩萨的精神，无论谁对我不好，也不生嗔恨心，以诚待人，彼自然被感化，化干戈为玉帛。

修行人，就是修无我相。如果无我相，一切能忍受，境界来了，也不动心。自己把自己看成虚空一样。顺境来了，也是修行；逆境来了，也是修行。

换句话说，顺境来了，也不生欢喜心；逆境来了，也不生忧愁心。无论顺逆，要认识清楚。若能如如不动，不会被境界所转。若能了了常明，就能转境界

释迦牟尼佛在往昔修行时，专修忍辱法门，所以称为忍辱仙人。有一天，无缘无故被歌利王割去四肢，可是他不生嗔恨心，反而可怜歌利王的无知，所以对歌利王说："等我成佛时，第一个先度你修道。"歌利王闻之生大忏悔心，皈依忍辱仙人，后来就是憍陈如尊者（五比丘之一）。佛为他们五人说四谛法、三转法轮，都证罗汉果位。

释迦牟尼佛是我们佛教的教祖，他的忍辱功夫修到极点，怎样也不会生嗔恚心，我们都是佛的弟子，应该向本师释迦牟尼佛学习"忍耐"的功夫。浅言之，忍耐是修行法门最主要的，不可忽略。古人说："忍一时风平浪静，退一步海阔天空。"所以说："忍是无价宝。"谁把万佛圣城打碎了我也不执着，无所谓，绝对不生嗔恨心。人人如此想，天下太平。

忍耐，是修行人不可缺少的。有忍耐力，才能修行；没有忍耐力，一切免谈。今天所讲的道理，非常平凡，淡而无味。可是这是真法、正法、妙法、稀法。虽然平常，但是道是从平常中生出来，道是人用脚走出来的。这种无为法，是百千万劫难遭遇的法，不可当面错过。如果当耳边风，过而不留，那就后悔莫及。

今天对你们所讲的话，会用时，无论什么境界来了，不生烦恼。若能用智慧来判断这个境界，不管什么事情，都能迎刃而解，不会有什么麻烦。最后希望各位努力参，参"念佛是谁？"不找到"谁"字，不休息。

十六．参禅是开悟的方法

参话头的功夫，需要经过长时间才能有所成就。

◎一九八〇年十二

月禅七开示

佛教传到中国之后，演变成五宗，就是禅、教、律、净、密。禅是禅定，教是教理，律是戒律，净是净土，密是持咒。现在是打禅七期间，只讲禅的道理，其它四宗，暂且不谈。

禅那，译为“思惟修”，常想这件事。什么事？就是话头。研究“念佛是谁？”这句话，这叫参禅。其实参话头也是妄想。不过是以妄制妄，以毒攻毒的办法，用一个妄想来消灭多个妄想。参话头的功夫，需要经过长时间才能有所成就。所谓“久参有禅”。

“参”好像用锥子来锥木头一样，不透不停止。不可半途而废，前功尽弃。参禅，第一要忍耐，忍耐到最高峰，就能一念不生。一念不生，就能开悟。所谓“百尺竿头，更进一步”，在百尺竿头上，再向前迈进一步，这时，十方世界现全身。可是，这个法门，要念兹在兹才有效，不能放松，不能放逸。

在《证道歌》上说：

顿觉了，如来禅，六度万行体中圆；

梦里明明有六趣，觉后空空无大千。

顿，就是立刻觉悟一个理，所谓“理可顿悟，事须渐修”。在“事”上要一步一步地修，在“理”上要立刻就明白。顿悟的时候，知道井在哪里，可以去取水。没有顿悟的时候，常听辘轳（汲水的工具）响，但不知井在何处。这个譬喻，是说明佛性从什么地方来的？怎能证得佛性？证佛性别无二法，唯一的方法，就是参禅打坐。

六度，是菩萨修行的法门。布施度悭贪，持戒度毁犯，忍辱度嗔恚，精进度懈怠，禅定度散乱，智慧度愚痴。这六度修行圆满，才能开悟。

我们都在做梦，所谓：

人生一场梦　　人死梦一场
梦里身荣贵　　梦醒在穷乡
朝朝是做梦　　不觉梦黄粱
梦中若不觉　　枉做梦一场

在梦中明明有六趣（天、人、修罗、畜生、饿鬼、地狱），等觉悟之后，三千大千世界也化为乌有。为什么？因为没有执着。没有执着，把万事万物都返本还源，又怎能有我相？人相？众生相？寿者相？统统都没有了。有人听到这四相没有了，就不敢修行。误认修到极点，人也没有了，众生也没有了，寿者也没有了，怎么办呢？那么，什么工作也没有了，成为失业的人

一定要有工作吗？那就继续颠倒吧！修行到了无四相的境界时，就能扫一切法，离一切相，证得诸法实相的道理。所谓“一法不立，万法皆空”不是说我明白这个道理，而是要真正证得这种一法不立，万法皆空的境界那时候，无有众苦，但受诸乐。

我们在世界上，不是执着名，就是执着利，或者执着财，或者执着色。所以看不破，放不下。想看破，想放下，又舍不得。为什么舍不得？因为有精细鬼和伶俐虫在作怪，所以把很多事情当面错过，失之交臂，对面不识观世音。观世音菩萨就在我们的对面，我们还要到处去找，这就是受颠倒妄想所支配。

参禅的“参”，就是观。观什么？观照般若。教你念兹在兹观自在，不是观他在。观观自己在不在？自己在，就能参禅打坐，用功修行。若是不在

在那儿打妄想，想入非非，那就身在禅堂，心跑到纽约去观光或是到意大利去旅行，到处去攀缘，所以就不自在了。

观自在，就是菩萨；观不自在，就是凡夫。观自在，是天堂；观不自在，是地狱。如果观自在，心未跑出，才能行深般若波罗蜜。此身在参禅的时候继续不断地参，绵绵密密地参，这才是行深般若，找到智慧。得到大智慧，才能到达彼岸。

参禅的秘诀，就是“朝也思，夕也思”。思什么？思“念佛是谁？”今天也参，明天也参，天天在禅堂里行深般若波罗蜜多时，不是在短期能尝到禅的味道。要经过长时间才可以。有了行深般若波罗蜜多时的功夫，才能照见五蕴皆空。

五蕴，又叫五阴。蕴是集聚的意思，阴是遮盖的意思。我们为什么得不到自在？得不到解脱？就因为被五蕴所覆的缘故。五蕴，就是色、受、想、行、识。

（一）色蕴：有障碍为色，有形相为色。色蕴不空，见到色被色尘所迷惑，闻到声被声尘所迷惑，嗅到香被香尘所迷惑，尝到味被味尘所迷惑，触到觉被觉尘所迷惑。如果把色蕴空了，就是内无其心，外无其形，远无其物的境界。

色，有种种颜色，能令你眼花缭乱，认识不清楚，迷迷茫茫，好像瞎子一样。在《道德经》上说：“五色令人目盲，五音令人耳聋，五味令人口爽。”这些境界，都是被色蕴所执着。若能破了色蕴，山河大地、房廊屋舍都空了，就没有这些麻烦了。

所以说，色蕴不空，便执着在色上，若着色上，见惑不能破。 见惑，就是“对境起贪爱”。境界，就是色，对着境界生起一种贪心和爱心，就执着

了。见惑有八十八品，如果断尽，就证初果罗汉。我们修道人，先断三界八十八品见惑，然后再断三界八十一品思惑。思惑，就是“迷理起分别”，也就是对一切理认识不清楚。如果断尽三界八十一品思惑，就证四果阿罗汉

（二）受蕴：就是领纳的意思。境界来了，不加考虑，就接受了，有舒服之感觉。譬如吃一种好东西，觉得很自在，这就是受。穿一件好衣服，觉得很舒服，这就是受。住一间好屋子，觉得很漂亮，这就是受。坐一辆好汽车，觉得很舒服，这就是受。乃至一切身所接受的，觉得不错，这就是受。

（三）想蕴：就是思想的意思。因为五根领受了五尘的境界，就生出种种的妄想，种种的念头。忽起忽落，起了作用，去想色，去想受。

（四）行蕴：就是迁流的意思。随来随去，随去随来，没有停止，川流不息。作善作恶的动机，由妄心所支配，而反应于身口的行为。

（五）识蕴：就是分别的意思。境界来了，就生起分别心。例如：见到美色，生欢喜心；听到恶声，生讨厌心等等的分别。

若能把五蕴破了，才能度一切苦厄，也就是没有一切的灾难。我们为什么有灾难？就因为有我执、有法执，二执不空的缘故。

《永嘉大师证道歌》上说：“五蕴浮云空去来，三毒水泡虚出没。”五蕴本来没有自性，犹如空中的浮云，自然而有，自然而无。不明白这个道理被五蕴所覆，不得自在，不得解脱。我们修道，就是破五蕴，好像浮云，来，随它来；去，随它去，不需要注意它，不需要执着它。贪嗔痴好像水中的泡一样，本来没有实体，它自己生，它自己灭，不执着就没有了。

在《永嘉大师证道歌》又说：

证实相，无人法，刹那灭却阿鼻业；

若将妄语诳众生，自招拔舌尘沙劫。

实相，就是无相，无所不相，也就是扫一切法，离一切相。可以说返本还源，证得自性清净。到这种境界，也无人，也无法，人法双亡。也没有人执，也没有法执，这就证得实相理体。在刹那之间，能将无量劫以来，所造的无间地狱罪，统统消灭无余。永嘉大师说："如果我用诳语来欺骗众生的话，我心甘情愿到拔舌地狱，去受尘沙劫那样多的苦。"

我们在禅堂里，要实实在在来修行，好像抽茧丝一样，要有忍耐性，一点一点来抽丝，才不会乱。不可自作聪明找快捷方式，用科学方法来开悟，那是妄想。如果科学能开悟，那些科学家不会在牛角尖里乱钻，早就开悟了，不会有你的份。不要异想天开，还是按部就班来参"念佛是谁"吧！腰酸要忍耐，腿疼要忍耐，忍耐到时候，自然会开悟。所谓："不经一番寒彻骨，哪得梅花扑鼻香？"

各位注意！不要聪明反被聪明误。要晓得一分努力，便有一分功夫，修行讲真功夫，不是口头禅，能说不能行，是无用处。不但对开悟无帮助，反而成为障碍。所以说："不说话，才是禅。"

一念灵光能彻照天地，与十方三世一切诸佛无二无别。为什么我们不能证得佛的三身、四智、五眼、六通？因为我们凡夫的妄想太多，所以把智慧遮住，没有光明，成为无明。整天起惑、造业，要受生死的苦报。

三身，就是法身、报身、应（化）身。四智，就是成所作智、妙观察智、平等性智、大圆镜智。五眼，就是天眼、肉眼（非人眼）、法眼、慧眼、佛眼。六通，就是天眼通、天耳通、他心通、宿命通、神足通、漏尽通。若没有一切的妄想，就能证得这些境界。这并不是玄妙的理论，而是自然现象，是从实践功夫中得来的，一点也不为奇，这是平常事。

我们从无始劫以来，就被无明所覆，遇不到善知识的指引，不知什么是明心见性（明悟自心，彻见本性）？什么是返本还源？我们在参禅，要明心见性，要返本还源。得到解脱，就无挂无碍，远离颠倒梦想，得到究竟涅槃。

十七．妄想不断不能开悟

一分一秒也不可空过，时时刻刻用功修行。

◎一九八〇年十二月禅七开示

参禅的目的，就为着开智慧，求解脱。要专心致志来参“念佛是谁？”参到极点，就把一切妄想都忘得一干二净。吃饭、穿衣、睡觉都忘了甚至大小便也忘了。这时候，风也吹不透，雨也淋不漏，绵绵密密地念“谁”字。这一念，犹如金刚一般的坚固，什么也破不了。上不知有天，中不知有人，下不知有地。到无人、无我、无众生、无寿者的境界，也就是内无身心，外无世界的地步，与宇宙合为一体，打成一片。

古时高僧大德，他们修到一念不生的程度，所谓“终日吃饭未吃一粒米，终日穿衣未穿一缕纱”。到无人、无我的境界，哪有时间去打妄想呢？认为浪费一分钟的时间，就会把开悟的机会错过了。所以拼命地参“念佛是谁？”找不到“谁”字，永不休息。找“谁”字，就是控制妄想最佳的办法。

在扬州高旻寺有位妙度老和尚，当初他在参禅时，参到“行不知行，住不知住，坐不知坐，卧不知卧”的程度，什么也不想，只想“念佛是谁？”有一天，要去小便，因为专心参“谁？”绵绵密密地参，所以误走到天王殿，在韦陀菩萨座前，当作厕所，正要小便时，抬头一见韦陀菩萨瞪

着眼睛，举起宝杵，吓得清醒，知道走错路，急向韦陀顶礼，忏悔过错，祈菩萨原谅。

为什么会有这种情形？因为妙度禅师用功专心，一心一意参“谁”字别的一概不知，所以把天王殿误作厕所。有人在打妄想，我也学妙度禅师，不去厕所小便，来到观音台上小便。故意这样做，那就离道十万八千里。要知道妙度禅师不是学某某人的行为，而是一心在想“念佛是谁？”精神集中在一个问题上，所以才有这种现象，你想故意学走错路，那是大错而特错。就是有这种想法也不可以的。

所谓“差之毫厘，谬之千里”。在禅堂里不用功修行，坐在那里打妄想：引磬还不响？开静可以伸伸腿，直直腰；或者打吃饭的妄想，还不到吃饭的时候？肚里饿得受不了。甚至有人在数时间，已经过去十二天了，还有九天就功德圆满，快点过去吧！免得遭罪。

人家打禅七，希望时间越长越好，能有开悟的机会。他坐在禅凳上，好像坐在针垫上，时刻不安宁，不是换腿，就是伸腰。人家在入定，他在想入非非，妄想重重。既然是这样，何必来打禅七？装模作样做什么？干脆不要来参加，免得自找苦吃。

可是要知道，想了生死，应该把“生死”二字挂在眉梢上，睁眼看见生死问题，闭眼不忘生死问题。要念兹在兹用功修行，才能了生死。你在禅堂不是念兹在兹想了生死，而是念兹在兹打妄想。唯恐妄想打少了不够本这是多么可怜！

用功修道的人，一秒钟也不可打妄想，所谓“大事未明，如丧考妣”。生死大事没有了，好像死了父母一样的悲哀。所以在参禅的时候，一分一秒的时间也不可以空过，也不放松。时时刻刻用功修行。用功到了炉火纯

青的时候，自然就有感应。有了感应，功夫才能相应。就是已经开悟，也要再接再厉向前进，不可躲懒偷安，化城自困，到此为止，不向前走。有这种思想，就是修道的绊脚石。

妄想，明明知道办不到，为何还要打呢？明明知道是妄想，为何不收拾干净？这就是一般人的习气毛病，明知故犯。说穿了，就是看不破，放不下，执东执西，着男着女，把宝贵光阴浪费掉了。

打禅七的时间最宝贵，乃是不容易遇到的良机。在这期间内，把一切妄想抛到九霄云外，让心清净一下，专想“念佛是谁？”不要打闲岔，大家努力来参！参！参！

十八．开悟要印证才算数

开悟要经得起考验，否则成为大妄语，要堕无间地狱。

◎

一九八〇年十二月禅七开示

在威音王佛以前，人人能开悟，不需要有人印证。在威音王佛以后，自觉开悟的人，一定要经过祖师或善知识（已开悟）印可证明才算数。好像在楞严法会上，有二十五位圣人，自叙圆通，请释迦牟尼佛印证。

现在讲一个印证的公案。在唐朝有位永嘉大师，他生于浙江省永嘉县因为他一生没有离开永嘉县，所以时人称为永嘉大师。他出家后，研究天台教理，好修禅观，曾阅《维摩经》，豁然大悟。

后来遇到玄策禅师（六祖的弟子）叙述此事，玄策建议，令他去曹溪参六祖，请印证。否则，无师自悟，乃是天然外道。他来到曹溪南华寺的时候，恰巧是六祖坐禅时间，他贡高我慢，来到六祖禅床前，也不问讯，也不顶礼手执锡杖，右绕禅床三匝，振杖而立。

六祖说："沙门应具三千威仪，八万细行，行行无亏，名为沙门（译为勤息：勤修戒定慧，息灭贪嗔痴）。大德从何方而来？生大我慢？"

永嘉答："生死事大，无常迅速。"

六祖说："何不体无生？达了无速乎？"

永嘉答："体本无生，达即无速。"

六祖说："子甚得无生之意。"

永嘉说："无生岂有意耶？"

六祖说："无意谁能分别？"

永嘉说："分别亦非意！"

六祖说："如是如是。"乃授与印可证明，成为六祖的法嗣。

永嘉大师得六祖大师印证之后，即刻要回永嘉开元寺。六祖留他住一宿，次日再下山回永嘉。因为在一宿的时间，便觉悟佛法的真谛，所以，时人称为"一宿觉和尚"。后来他极力宣扬"顿悟"的禅风，特作《证道歌》五十多首，说明顿悟的境界。这是不朽的佳作，成为佛门必读的功课。

我们坐在禅堂里，在表面看来，好像用功修行，其实坐在那里打妄想，一点也不用功修行。心中想，现在是科学时代，应该用科学方法来开悟，想来想去，一点也不科学，这就是痴人说梦。

开悟要经得起考验，否则成为大妄语，要堕落到无间地狱。凡是自我宣传，开悟啦！证果啦！都要受此报。希望各位！谨慎再谨慎，不可任意乱语，要受果报。

我们现在很早就起来，很晚才休息。为什么要这样苦修呢？因为多一分钟的参禅，多一分钟开悟的机会。现在，虽然都坐在禅堂中，聚精会神在参"念佛是谁？"其中不能说没有人专心用功，可是真正想要开悟，得到

受用的人，为数不多吧！多数的人，对参禅不认真，也不热心，敷衍了事，来混光阴。这样打禅七，尽未来际，也不会开悟。我希望在这个国家（美国）有多人开悟，对佛教前途才能有所帮助。

在打禅七期间，不要讲话，不要打妄想，拿出真心来用功，才有感应，才能开智慧。有了智慧，才不会颠倒，不颠倒才能教化众生。自己对道理还弄不清楚，怎能去教化他人？这岂不是以盲引盲吗？这是很危险的。

参禅，好像农夫在春天播种五谷的种籽，在夏天努力地耕耘、灌溉、除草、施肥，到秋天才可以丰收，到冬天才能得饱暖。这是农夫一年之希望——丰衣足食。参禅也是这样，要兢兢业业守住念头，时时刻刻管住自己，在禅堂里，行的时候用功否？坐的时候用功否？总而言之，行住坐卧都要用功修行。觉得用什么功相应，就用什么功，没有什么限制。譬如，参话头觉得不相应，可以念佛，或者修止观。只要相应，才会有成就。

无论用什么功，心要专一，没有妄想，用到极点，便有消息。如果妄想重重，用什么功，也不会相应。凡是真正用功的人，行不知行，坐不知坐，行坐都不知道，怎会打妄想呢？只知道“念佛是谁？谁在念佛？”这个疑问要念念不忘，常在心中参。在这个时候，渴不知渴，饥不知饥。冷不知冷，热不知热。为什么不知道？因为专一其心的缘故，腰酸不知酸，腿疼不知疼，什么念头都没有了，只有唯一的念头——“念佛是谁？”常提起来又放下放下又提起来，时时刻刻，绵绵密密，接接连连而不间断用功夫。用到极点的时候，或者撞着，或者闯着，忽然间开悟。

为什么你没有豁然开悟？因为你没有专心致志，不知明心见性的道理不知返本还源的境界。不知家乡在何处？愿做流浪异地的穷子。最后一句

话，参“念佛是谁？”参到“山穷水尽疑无路”的时候，就会有“柳暗花明又一村”的境界。

十九．善恶不离一念心

一念为善，天地增加正气；一念为恶，天地增加戾气。

◎一九八〇年十二月禅七开示

“诸恶莫作，众善奉行；自净其意，是诸佛教。”这是佛教的真谛。人人都明白这个道理，可是，人人都不能行这个道理，所以天下大乱。

我们在打禅七，就是“改恶向善”，是“改过自新”最好的机会。一念恶，天地会有狂风暴雨发生，造成灾害。如果全世界所有的人类，都能受持五戒，奉行十善，天地会风调雨顺，世界会国泰民安。简言之，上自元首，下至老百姓，守五戒，行十善，这个国家一定丰衣足食，过着安居乐业的生活。若是犯五戒，造十恶，毫无问题，这个国家的老百姓家庭不和睦，社会不安宁，国家不富强，百姓过着颠沛流离的生活。

参禅，就是不杀生、不偷盗、不邪淫、不妄语、不饮酒。在禅堂里一心参禅，其它妄念停止下来。专心参禅，拿得起，放得下，一念是谁？时刻在寻找！这就是守五戒，也是行十善。禅堂一坐，五戒十善具足了。因为这个，所以不要浪费时间，不要打些无益的妄念，要把握时机来参“念佛是谁？”

参禅时，要努力用功，勇猛精进。要回光返照，反求诸己，问问自己，生了多少善念？生了多少恶念？打了多少妄想？要统计一番。

未生善念，令生善念；

已生善念，令其增长。

未生恶念，令其不生；

已生恶念，令其消灭。

这就是修行初步的基础。

世界为什么会毁灭？因为人们的“善念少、恶念多”的缘故。一念为善，天地增加正气；一念为恶，天地增加戾气。要转戾气为祥和，戾气就是毒气，生一念贪心，宇宙间的毒气就多一点；生一念嗔心，宇宙间的毒气就多一点；生一念痴心，宇宙间的毒气就多一点。如果用贪嗔痴三毒来处理事情，就会天昏地暗发生灾难。如果用戒定慧来处理事情，天会清，地会宁所以说，恶人多的地方，灾难就重；善人多的地方，吉祥增加。总而言之，灾难或吉祥，都在人为。

古人说：“善恶两条道，修的修，造的造。”修善者能出离三界，造恶者能堕落三道。善恶只在一念之间，有智慧就是善念，有愚痴就是恶念。世间一切都在说法，有的说善法，有的说恶法，有的说旁门左道的邪知邪见法，有的说中道了义的正知正见法。换句话说，说善法，教人看得破，放得下，得到自在；说恶法，教人看不破，放不下，得不到自在。人为什么颠颠倒倒？就因为执着，一切放不下。

古诗云：“古来多少英雄汉，南北山头卧土泥。”你们想一想，看一看所有的人，谁能逃出生死关？在一生之中，图个好名，死了，名也没有啦！贪个大官，死了，官也没有啦！一切成空。中国有个秦始皇，他修万里长城为保护子孙万代做皇帝。不料才传到第二代胡亥时，只做了三年的皇帝，就被丞相赵高所弑，这不是枉费一番心机吗？

古今中外，发大财，当大官的人，糊涂过一生，争名夺利，造了多少孽障，死的时候，两手空空去见阎王。由此观之，我们参禅一定要用功，不可

懈怠，不可放逸，错过机会，后悔莫及。所谓“一寸时光，一寸命光”，有人说：“等我功成名就时，再放下一切，专心修道。”可是时光不等待，那就晚了。参禅也好，念佛也好，只要认真修行，都能出离生死关。到临终时，身无痛苦，心无贪恋，如入禅定，含笑往生，这才是对生死大事有把握！

二十．天竺取经的玄奘大师

宁向西天一步死，不愿东土一步生。

玄奘法师生于隋文帝仁寿二年（公元六〇一年）。河南陈留人，俗姓陈氏，幼年即有过人的智慧，七岁开始读五经，在十三岁那年，随其二兄长捷法师到洛阳净土寺出家，诵习经典。隋朝制度，凡是出家修道之人，必须经过考试合格，颁发证书（度牒），才有资格作为沙弥。此时，正逢洛阳度僧，玄奘法师年幼，不能参加考试。他在考场门前徘徊，望之兴叹！而被主考官郑善果发现，认为是佛教龙象，破例特取度之。

玄奘法师在二十岁，受具足戒之后，到处参访善知识，发现众师所说，与经典颇有歧异，令人无所适从。尤其《十七地论》，见解不同。乃发愿到天竺（即今日印度）研究，以解其惑。

由于赴天竺路途，要经过崇山峻岭、崎岖不平的山道。所以玄奘法师在未启程之前，先练习爬山越岭的技术，先用桌子、凳子之类物品，堆成假山。从这边爬到那边，再从那边爬到这边。一天练习多次，后来自己感觉爬山的技术不错，又到山上去实地练习，约有一年经验，技术方臻熟练。于是上表，申请到天竺取经。当时（唐朝）的法令，禁止人民出境，所以未获唐太宗（李世民）批准。惟玄奘法师拿定主意，无论批准与否，决定赴天竺一行。所以最后不得不私自出境。

从长安出发，只身向西行，经过一山洞，见洞口有蝙蝠粪，当时玄奘法师在想："这洞中一定无人住，否则不会有这么样多的蝙蝠粪。"好奇的心理向洞中走去，在不远的地方，他发现一个怪物，头发都结在一起，小鸟在上面做窝，这怪物脸上的尘土很厚，好像石头人一般。玄奘法师走近仔细一看，原来是位老修行，已经入定。玄奘法师用引磬给他开静，令他出定一会儿，这位老修行开始动弹。

玄奘法师便问他："老同参！你坐在这里做什么啊？"老修行的嘴巴动了几次，才发出声音来："我等红阳佛（释迦牟尼佛）出世，我好帮他弘扬佛法。"玄奘法师说："老同参！释迦牟尼佛已经入涅槃了。"老修行一听，很惊讶地问："释迦牟尼佛在什么时候出世？"玄奘法师说："在一千多年前，出现于世。佛灭度已经很久啦！"

老修行又说："释迦牟尼佛入涅槃，那么，我还是入定，等白阳佛（弥勒佛）出世，我再帮他弘扬佛法吧！"玄奘大师说："老同参！你不要再入定了，等弥勒佛出世时，你又要错过机会，不如现在跟我到震旦，将来我取经回来，你好帮我弘扬佛法。"

老修行一想，言之有理，于是答应大师的要求。玄奘法师对他说："你的身体太旧了，所以你要换一个新的房子。你到长安去，看到黄色琉璃瓦的屋子，你就到那里去投胎，等我从天竺（印度）取经回来，我再来找你。"老修行辞别玄奘法师，二人分手，一向东走，一向西行，各奔前程。

玄奘法师经过跋山涉水，迭遭灾难而不灰心。曾经誓言："宁向西天一步死，不愿东土一步生。"这种为法忘躯的精神，实在伟大！所以完成他伟大的事业，对中国佛教有所贡献，创立"唯识宗"。所谓"见贤思

齐”，我们希望成就道业，应以玄奘法师为宝鉴，作为模范，向他看齐，把本有的智慧现出来，为佛教贡献一份力量。

一日复一日，玄奘法师风餐露宿，披星戴月，向西进行。抱着坚韧不拔的意志，不到目的地（天竺），决不休息。所谓“有志者事竟成”，经过千辛万苦，在路上行走三年，终于到达天竺的佛教大学（那烂陀寺），拜戒贤论师为师（当时天竺唯识学权威），专学《十七地论》及《瑜珈论》等经典。

学成归国，路经曲女城，为戒日王所请，在该城成立辩论大会，参加的有十八国的国王，以及大乘和小乘、婆罗门和外道等，约有六千人，盛况空前。大师为论主，称扬大乘，序作论义，写悬于会场门外，并言：“如改一字，愿拜他为师。”经过十八天，无人能改，最后胜利，名扬五天竺，无人不知，无人不晓这位大名鼎鼎的玄奘法师。

于贞观十九年（公元六四五年）正月二十四日，回到长安，当时僧俗出迎有数十万人。唐太宗派相国梁国公房玄龄等为代表，欢迎玄奘法师于弘福寺，从事翻译经典工作。

玄奘法师，在天竺留学十二年（在路上往返耽误五年），成为中国留学生的祖师。取回的经典有五百二十篋，计有六百多部。将全部经典贡献于国家，特蒙皇帝召见，嘉奖一番。玄奘法师便向唐太宗贺喜：“恭喜陛下。”唐太宗觉得莫名其妙，就问：“喜从何来？”玄奘法师说：“陛下得一位太子。”唐太宗有丈二金刚摸不着头脑的感觉，说：“没有啊！”

玄奘法师心想：“明明指示老修行来投胎，怎会没有呢？”于是在定中观察。哎呀！老修行搞不清楚，投错胎了，跑到尉迟恭家里去。玄奘法师将这段因缘，向唐太宗报告。唐太宗说：“原来如此，你就去度他吧！”玄奘法师去找尉迟恭，说明来意。玄奘法师一见尉迟恭的侄子，心生欢喜。因

为窥基的身体，非常魁伟，相貌堂堂，一表人才，是载法之器。所以开门见山地说：“你跟我出家吧！”窥基一听，莫名其妙，不悦地说：“你说什么叫我出家，岂有此理！”转身就走了。

玄奘法师只好与唐太宗商量，成就这段因缘。于是乎皇帝下旨，要尉迟恭的侄子出家，尉迟恭一接到圣旨，便叫侄子出家。窥基严辞拒绝地说：“岂有此理！皇帝怎么可以叫我出家？我还没玩够哪！我要去和皇帝讲道理。”第二天尉迟恭带着侄子来见皇帝。

窥基一来便说：“陛下要我出家，可以！可是我有三个条件。”唐太宗一听就说：“你要多少个条件都可以。”窥基就说了：“我最欢喜喝酒，我不能没有酒，无论我到什么地方，都有一车的酒跟着。”唐太宗心想：“出家人是戒酒，可是玄奘法师告诉我，不管什么条件都答应。”于是就说了：“好！我答应你。第二个条件呢？”窥基说：“我知道出家人不可以吃肉，可是我欢喜吃肉，无论我到什么地方，后面都有一车新鲜的肉跟着。”唐太宗说：“我答应你。第三个条件呢？”

窥基没想到皇帝会答应他的条件，所以就说：“出家人不可以有太太可是我离不开女人，无论我到什么地方，必须有一车的女人跟着。”他心想：“这个条件，皇帝无论如何一定不会答应的。”唐太宗心想：“哎呀！这怎么能答应呢？可是玄奘法师已经嘱咐我，不管什么条件一定都要答应。”所以就说了：“好！我完全答应你，你现在可以出家了吧！”

窥基没办法，就很勉强出家了。所以在出家那天，后面有一车的酒、一车新鲜的肉、一车美女，陪着他一起到大兴善寺出家（编按：大兴善寺是玄奘法师的译经场），庙里知道窥基要来出家，所以敲钟击鼓来迎接他，窥基

一听到钟鼓的声音，豁然大悟："啊！原来我就是那个老修行，来帮助玄奘法师弘扬佛法，"于是乎把后面的三车遣回去，什么都不要了。所以后人，称窥基为三车祖师。

玄奘法师取回的《唯识三十颂论》有十家，玄奘法师皆译为华文，按照论中的意思，一字不减，一字不添，照原意译出。此时窥基担任整理论文，玄奘法师将十家之论译完之后，窥基要求玄奘法师："这十家的论，各有其长，各有其异，若不统一，令今后学者，有歧路亡羊之苦恼，不如去其糟粕，留其精华，合成一本，令今后研究唯识的人，获得统一的结论。不用浪费时间，而得到法要。"玄奘法师同意他的见解是正确的，所以产生一本唯识论，即是现在《三十颂唯识论》。后来玄奘法师又传授他"因明学"，成为唯识专家，宣扬唯识思想为宗旨，成为当代大德，为"唯识宗"第二祖。

玄奘法师回国第二年，奉诏撰《大唐西域记》一十二卷。于唐显庆五年（公元六六〇年），玄奘法师五十九岁时，开始译《大般若经》。梵本有二十万颂，玄奘法师广译，不敢删略，一如梵本，经过四年的时间，译成六百卷。次年，拟译《大宝积经》，不幸，患病而辍笔。

唐麟德元年（公元六六四年）二月，玄奘法师圆寂，年六十有四，葬于樊川北原。玄奘法师所译的经典有七十五部，一千三百三十五卷，成为中国四大译经家之一。其弟子甚多，以窥基、圆测传承唯识，普光、神泰传承俱舍。

隋唐二朝，是佛教黄金时代，百家争鸣，祖师辈出，各创宗派，当时有十宗，小乘有二宗，大乘有八宗。其中"三论宗"和"唯识宗"的思想，完

全保存天竺原有的思想，原封不动，搬到中国来。另外“天台宗”（以《法华经》为宗）和“贤首宗”（以《华严经》为宗）的思想就变质了，将中国的思想掺杂在内，这四宗是研究佛理，成为教门。乃至演变成现在的五宗派：教、禅、净、律、密。其实目的是同入究竟涅槃，不过修持方法有所不同而已。

二十一．参禅要回光返照

要回光返照，认清过错，痛改前非，不要抱着臭习气而放不下。

行住坐卧　　不离这个

离了这个　　便是错过

“这个”是什么？就是用功参悟的话头。用真心来办道，提起绵绵密密不断的话头来参悟，来研究。一时一刻，一分一秒，也不生杂念妄想，总是念兹在兹去参悟自己的话头。哪有时间讲话，打闲岔？也没有时间躲懒偷安，更没有时间说人家是非。专一其心，在参悟话头。

事事都好去　　脾气难化了

真能不生气　　就得无价宝

再要不恨人　　事事都能好

烦恼永不生　　怨孽从哪找

常瞅人不对　　自己苦未了

参禅打坐，具有这种思想，才能入门。在禅堂里，每个人都要回光返照反求诸己。问问自己，是在用功？还是在打妄想？看看自己，是回光返照照自己？还是反光镜照外边？这一点要特别注意。

在禅堂里，要记住这两句话：“摩诃萨不管他，弥陀佛各顾各。”时时刻刻管自己，不要去管他人，更不可打闲岔，障碍人家用功修道，耽误他人开悟的时光。这种行为，最要不得。我常对你们说：

真认自己错　　莫论他人非

他非即我非　　同体名大悲

人人有这种思想，就不会乱讲话，打闲岔，一心一意用功办道，并无二想。

参禅的人，要把根本问题认识清楚。什么问题？就是习气毛病。我们打禅七，就是打掉恶习气、坏毛病。洗心涤虑，解除妒贤嫉能的心理。把嫉妒障碍心、无明烦恼心统统灭尽，这样，真心现出，智慧现前，才有好消息。

人为什么讲是讲非？因为愚痴。为什么嫉妒障碍？因为愚痴。为什么有害人心？因为愚痴。凡是做出不合理的事，都因为愚痴。为什么愚痴？因为没有禅定的功夫，所以没有智慧。在人我是非圈中转，跳不出圈外。这一点要回光返照，要认清自己的过错，痛改前非，不要紧抱着臭习气而放不下。

打坐的时候，为什么要睡觉？因为求法心不真实。如果真心求道，绝对不会睡觉。大家不妨试一试，这个道理正确不正确？

二十二．禅堂是选佛的道场

如果用功到相当时，能回过头来，能转过身，背尘合觉，而选为佛。

大家在禅堂里，参禅打坐，就是考试。看谁能考上佛的果位。怎样才能考上呢？就要内无身心，外无世界，所谓“视之不见，听之不闻，嗅之无味”。有了这种功夫，才有被录取的希望。

为什么说“视之不见”？因为“回光返照”。为什么说“听之不闻”因为“反闻闻自性”。为什么说“嗅之无味”？因为“收摄身心”，不为味尘所转。这时，眼观色而无色，耳听声而无声，鼻嗅香而无香，舌尝味而无味，身觉触而不着触，意知法而不着法。到了这种境界，被选为佛，才有

希望。不到炉火纯青的时候，不到登峰造极的时候，不到百尺竿头更进一步的时候，那是没有希望的。所以在禅堂里，不要把宝贵的光阴空过。

古人说："一寸光阴一寸金，寸金难买寸光阴；失落寸金容易得，光阴过去难再寻。"我们要把握时机，认真用功修行。修行之法甚多，唯独"参禅"这法门，是最高无上的法门。这个法门，如果用功到相当时，能回过头来，能转过身，背尘合觉，而选为佛。

修菩萨道的人，外能舍国城妻子，内能舍头目脑髓。只要有人需要，一切皆布施，决不悭吝。只知道利益众生，而不为自己打算，这样的思想，在选佛场中才有希望被选中。大家要知道，是诸佛来选拔，大公无私，绝对不会侥幸被取，是完全靠真功夫的。

佛来选佛，而不是魔来选佛。可是魔来助佛。佛是在正面教化众生，魔在反面教化众生。反面来鼓励你，给你机会，发大愿力，用功修行，所以魔是反面的善知识。我常说：

魔是磨真道　　真道才有魔

越磨越光亮　　光亮更要磨

磨如秋中月　　空中照群魔

群魔照化了　　现出本来佛

所以对魔不要有敌对的心理，当作助道的善知识。如是观想，便心安理得无烦恼。有人来诽谤我们，那是我们的善知识。我们本来做得对，可是有人批评不对，那么，则要往对的去做，更要百尺竿头进一步。所谓"见吾过者是吾师"，能说出我们毛病的这个人，就是我们的老师，应该感谢他，不可仇视。

诸佛不像我们那样的糊涂。你若总戴着假面具，也不会被选为佛。要选拔真里求真，真中更真，要“真真真真真真真！”有七个真，才有希望。所谓“七真八正”，在禅七中，七天要真修行，第八天就改邪归正。这时的习气毛病，一扫而光，脱落净尽了！

二十三．什么是无心道人

修道人，要没有求名求利的心，老老实实参禅习定。

“供养十方三世诸佛，不如供养无心道人。”什么是无心道人？就是在禅堂打禅七的人。他们没有求名求利的心，把财色名食睡五条地狱根，都拔出来，无心无念在参禅，所以叫无心道人。

在西方想要真正弘扬佛法，就要修“无心道人”的法门。并不是希望某某人，来护法供养无心道人。如果贪图供养，那就是有心。所以我们在打坐的时候，要老老实实参禅习定，不可妄想丛生，接二连三，像演电影一般一幕一幕现在眼前，那就离道有十万八千里。越走离家越远，作为外乡的游子，多么可怜！

我们修道，要躬行实践，凭真功夫。不要搞名搞利，不要自我宣传。要学文殊、普贤、观世音、地藏王诸大菩萨的精神，护持道场，教化众生。菩萨认为众生有成就和自己有成就是一样，没有彼此之分别。菩萨是见闻随喜来赞叹有功德的人。

俗语说：“有麝自然香，何须大风扬。”无心道人，修到极点，自然有感应。做佛事就是佛，做菩萨事就是菩萨，做罗汉事就是罗汉，做鬼事就是鬼，这是很自然的现象。修道不可找快捷方式，投机取巧。要脚踏实地，按部就班，认真修行，才有成就。

二十四．参禅是行六度波罗蜜

身体什么也不要了，就是持戒，就是忍辱，就是精进，就是禅定，而生智慧，就是般若。

做维那要注意，在开静的时候，先打一下引磬，令大家准备站起来，看看准备妥当，再打第二下引磬。这时，大家一起站起来，然后，再打两声木鱼。大家开始行起来，在跑香的时候，分为内外两圈，跑快的人在外圈跑，跑慢的人在内圈跑，这是折衷办法，自在来修行，快慢均可。所谓："紧了绷，慢了松，不紧不慢才成功。"这是没有定法。

在《金刚经》上说："无有定法。名阿耨多罗三藐三菩提。"要说一定，就会发生毛病。在《金刚经》又说："是法平等，无有高下。"修行这个法，都要平等。佛虽然有三身、四智、五眼、六通，可是佛不觉得和众生有什么不同，所谓"心佛及众生，是三无差别"。心是佛，佛是众生；众生是佛，佛是心。

走得快也是参禅，走得慢也是参禅，随自己的体力来决定。要任运自然，一点也不造作，一点也不要勉强，要这样精进、用功、忍耐。腰酸腿痛，不要管它。什么也不要了，这就是布施。身不去作恶，这是身业清净；口不说是非，这是口业清净；心不打妄想，这是意业清净。三业清净，就是持戒。能忍受一切痛苦，就是忍辱。能不断地用功修道，无论遇到什么困难，而不退心，就是精进。能坐下来，如如不动，了了常明，就是禅定。由禅定而生智慧，就是般若。六度圆满，便到彼岸。

到止静的时候，维那要看班首已到他的座位前，便敲一下木鱼。大家各站各人的座位前。等都站齐，再敲一下木鱼。这时，要端然正坐，把脊背

挺直，不可低头弯腰，所谓“坐如钟”，头要正，腰要直，好像一个大钟，四平八稳。

参“念佛是谁？”不是念这句话，而是参这句话。研究这个“谁”字有人说：“我知道，念佛是我。”这是不对的。这句话头，若是明白了，就是明心见性，彻法底源，借道还家。不是像你所说那么样的简单，那样的容易“就是我嘛！我在念佛。”那么，人死了之后，还有人在念佛吗？是没有的，既然没有，怎会是你在念佛？要晓得念佛的人，是不会死的。你会死，念佛不是你。念佛成佛，成佛又是谁？谁去成佛？你已经死了。所以就在这个地方要参，参到海枯石烂的时候，也不放松，追根究底地参，终会有水落石出的那一天——豁然大悟，原来如此！

二十五．要修无相的功德

把妄心停下来，现出真心来修道，就有无量功德。

在禅堂里是选佛的地方，是种功德福田的地方。所谓“若人静坐一须臾，胜造恒沙七宝塔”，为什么要这样说呢？因为在外边所造的寺塔，是有形有相的功德。在《金刚经》上说：“凡所有相，皆是虚妄。若见诸相非相，即见如来。”若能静坐片刻的时间，就有永不磨灭的功德。有人说：“外边的功德我不作了，来修内边的功德。”这种思想也是不对的。而是要并驾齐驱，修功修德，到功德圆满，福慧具足，成为两足尊。

当知所造的庙，经过长时间，皆会变坏。所建的塔，经过劫火，会被烧空的。唯独静坐，能把自性中的佛法僧三宝修行成功——这是无漏的功德不怕风雨，不怕劫火，永远存在，所以无相功德胜于有相功德千万倍。

在禅堂里，把妄心停下来，现出真心来修道，就有无量功德，否则，就无功德。所以才说："你能静坐片刻的时间，就胜过造恒河沙数那样多的七宝塔，比那功德还要大。"

各位来参加打禅七，都是有善根，才遇到这种因缘，共同来参禅。现在要把心清净下来，不可心猿意马，时刻不安静，总想向外跑。那就与道不相应，浪费了七天的光阴。一无所得，辜负当初的发心。设法控制妄念，令心静下来。所谓"心清水现月，意定天无云"。因为这种原因，拟在明年（一九八二年）举行十个禅七，静坐七十天。今时今日，在全世界找不到连续打十个禅七的道场了。

万佛圣城要将末法改变为正法，所以我们拼命修行，用功办道。如有人想实实在在修行，只有到万佛圣城来，才有机会真修行。在外边修行，不过在皮毛上打转，敷衍了事。在名义上说是打禅七，实际上时间有所不同。万佛圣城打禅七，从早上二点半钟开始行香，到夜里十二点才休息，在中间只有一小时养息香，这是打禅七的规矩。

二十六．虚云老和尚出家的因缘

志不退，愿不退，行不退，一心一意向前精进。

◎一九八一年七月十六日至二十二日禅七开示于万佛圣城万佛殿

虚老是湖南省湘乡人氏，俗姓萧，父玉堂公。曾任福建省泉州府知府之职，为官清廉，爱民如子。年逾四十，膝下无子。夫妇到城外观音古寺求子，心诚则有感应。回府之后，夫人果然怀孕。十月期满，夫妇同梦一位老

者，长须青袍，头顶观音，跨虎而来。惊醒，胎儿降生，乃是一个肉团（八地菩萨，才有此境界），母惊吓而气绝。

翌日，来了一位卖药的老翁，用刀将肉团割开，内里有一男婴，由庶母抚育。虚老因为有善根，不欢喜读儒家的书籍，对功名视为浮云，可是对佛经颇有兴趣，所以在年少就萌起出家修道的念头。有一次，逃到福州鼓山拟出家，被家人找回。其父遣之回湖南老家去，请二叔严加管教，杜绝其出家之念。

虚老是独生子，三叔很早就往生，没有儿子，所以就成为“一支两不绝”的继承人。按照当时的风俗，可以娶两个太太，一个是父母的媳妇，一个是叔父的媳妇。使两支都有后代，可以延续香火。这是一举两得的事，一般人求之不得，可是虚老认为是苦恼事。

为传宗接代的使命，奉父叔之命，在十八岁时，和田氏及谭氏二女，同时举行结婚仪式。这二女都是名门闺秀，深明大义。结婚之夜，虚老向二女约法三章，有夫妻之名，无夫妻之实。保持童真之体，三人同居，互不侵犯，相安无事。

次年，虚老决心出家修道，征求二女同意（此二女后来出家为尼），偷偷离开温暖的家，来到福州鼓山涌泉寺，礼妙莲长老为师，名演彻，号德清虚老深恐被家人再找到，所以在深山岩下修苦行，饥时吃松子和草叶，渴时喝山涧之溪水。这种苦行，非一般人所能修持的。所谓：“穿人所不能穿吃人所不能吃，忍人所不能忍，受人所不能受。”面临种种考验，而他受之泰然，不但不觉得痛苦，反而感觉快乐。

三年之后，为了亲近善知识，为了研究佛法，于是到处参方。凡有高僧大德所在之处，无论千山万水，也挡不住他求道的心，跋山涉水去亲近善

知识，得到法益。在参方的期间，处处受到歧视。可是虚老本着坚忍不拔的意志，为求法而忘己，虽然经过多次的挫折，也不灰心，不变初衷，勇猛向前，精进学习。这种精神，使人钦佩，令人效法。

后来，为报母恩，发心三步一拜，从普陀山拜向五台山。三年的时间，完成志愿，功德圆满。以下述虚老在三步一拜，发生感应道交的小故事。

虚老拜到黄河岸的时候，正逢天降大雪，三天三夜下得不停。他住在小草棚中，又饥又寒，已经失去身体的知觉，不省人事。醒来时，发现有一个乞丐为他做饭，吃了之后，恢复元气，于是继续朝拜五台山。后来到五台山，才知道这个乞丐原来是文殊菩萨的化身。

虚老在九华山住茅蓬的时候，听说扬州高旻寺打八个禅七，就去参加从九华山沿着江而行，当时正逢大雨季节，江水泛滥，水漫路面，不慎失足掉落水中，漂流二十四小时之久，流到采石矶的附近时，被打鱼的网打上来。这个时候，虚老已经奄奄一息。渔夫通知附近宝积寺，抬回寺中，而被救活，可是七孔流血，病况十分严重。休息数日，为法忘躯，所以将生死置之度外，仍然到高旻寺参加禅七，不改变初衷。

高旻寺的规矩非常严格，执行非常认真，如果有犯规，即打香板，毫不客气。住持月朗禅师，请他代职，虚老不答应；遂按规矩打香板，虚老接受不语。但经责打之后，他的病势加重，血流不止，病况危殆。

有人在想："虚老这么样用功修道，为什么护法神不护持？还让他掉在水里？"其实，还是护法神在护持。不然的话，渔夫怎会用网把他打上来？所以在冥冥之中，都有佑护。这也是生死的考验，看他遭受这次的灾难，有什么感想？是不是生了退道心？"啊！我修行多年，又读经，又拜忏，又燃指，又住茅棚，种种的苦行，我都认真去修，为什么一点感应也没

有？算了吧！我不修行啦！我要还俗，过五欲的生活。”如果这样一想，就不会做禅宗五宗之祖师了。

高旻寺的规矩最认真，彼此不准讲话，就是同住之人，互相不知姓名。虚老在禅堂里很守规矩，虽然病得很厉害，仍然只字不提，也不说出落水被救的事，只是一心一意参禅。二十天后，病况好转，此乃蒙佛菩萨之加被矣！

有一天，采石矶宝积寺住持德岸法师，来到高旻寺，发现虚老在凳上端然正坐，容光焕发，大为惊悦，于是乎将虚老落水被救的事，向大众宣布众人皆钦叹不已。禅堂内职，不令虚老轮值。至此，能一心参禅，直至一念不生的境地。

在第八个七的第三天晚上，开静时，当值斟开水，不慎将开水溅在虚老手上，茶杯掉地，杯碎之声，闻而开悟（明朝时紫柏禅师闻碗碎声而开悟），乃说偈曰：

杯子扑落地　　响声明沥沥
虚空粉碎也　　狂心当下歇

又说：

烫着手　打碎杯　　家破人亡语难开
春到花香处处秀　　山河大地是如来

开悟之后，离开高旻寺，更努力精进，云游四方，勤访善知识。后来到云南，重修鸡足山的寺院，因为经费不足，所以到南洋去募款。搭船到新加坡，在船上患病。下船后，因为没有护照，英国人认为是传染病，送到传染病院；也就是说，就在该处等死。后来才被送到极乐寺闭关，不久病愈。又到泰国去募款，在某寺挂单，入定九天，似死而非死，惊动泰京（曼谷），上

自国王大臣，下至老百姓，都来皈依虚老。信徒供养，布施巨金，汇回云南，作为建寺之需。

一九四七年春，南华寺传戒，我才和虚老第一次见面。现在还记得，当传完戒之后，虚老受点刺激，喉咙发炎，不能说话，当时不便详问，经过医生的治疗，才开始慢慢痊愈。

虚老一生，所受困苦艰难，真是一言难尽！我相信没有任何人能够经得起这种的折磨。他老人家在这一世纪中，自度度他，自利利他，许多出神入化、祥瑞之事，不胜枚举。今天简单向各位介绍虚老一生的事迹，希望各位学习他老人家忍苦耐劳的精神。

现在的出家人，坐了几天的禅，就想有感应，就想开悟得大智慧，这未免贪心太大了。虚老一生之中，舍生忘死，才把本来面目认识清楚。我们受了什么苦？做了什么功德？就妄想开悟，简直是幼稚的想法。

修道人，要志不退，愿不退，行不退，一心一意向前精进，所谓“百尺竿头，更进一步”。不管成就如何，只要发菩提心，努力修行，不要有所企图。什么五眼六通？什么神通妙用？这不是修行所究竟的成果。切记！不要一天到晚，想神通，想开悟，那是修道的绊脚石。

二十七．宣化老禅师出家的因缘

对死很怕，也不愿意死。又觉得生生死死没有意思，遂起了出家的念头。

◎一九八一年七月十六日至二十二日禅七开示于万佛圣城万佛殿

【编按】：宣公上人是吉林省双城人氏，俗姓白，父富海公，一生勤俭治家，务农为业。母胡太夫人，生前茹素念佛，数十年如一日，从未间断，好善乐施，有求必应，认为“为善最乐”。乡里称赞不已，称为活菩萨。于戊午年三月十六日，在夜间，太夫人梦见阿弥陀佛降临，身放金光，照耀世界，震动天地。惊醒之后，异香扑鼻，香味非常，清澈肺腑，真是不可思议的境界。不久，宣公降生人间，连哭三天三夜而止，盖觉娑婆世界之苦不堪忍受所以今将宣公上人自述出家的因缘，摘录如下：

我在十二岁以前，脾气很倔强，倔强到什么程度呢？凡是有人惹我的时候，就会哭，一哭起来，就没有完的时候。父母的话也不听，非常任性，有时候不吃不喝，拼命地哭，令父母也没有办法。当时的想法，知道父母非常疼爱我，我若是不吃东西，父母的心会软，会向我投降。我那时就是这么样地不孝，不体会父母的辛苦。现在想起来，实在不应该这么样不乖。

有一次，邻居的小孩子来到我家，那时，我刚会爬，他也是在爬的阶段我们在炕上爬，看谁爬得快！我爬到前头，不料他用嘴来咬我的脚。愚笨的我，不知反抗，只知大哭，现在想起来真可笑！

在十一岁那年，和同村的小朋友到郊外去玩，发现一个婴儿的尸体，我从来没有见过这种事情，认为小孩子在睡觉，但叫也叫不醒，看他眼睛闭着，又不喘气。我莫名其妙，所以回家问母亲：“为什么小孩子在郊外睡觉呢？”母亲说：“那小孩子死了。”我又问：“为什么会死呢？怎么样才不会死？”当时，有位亲戚便说：“要想不死，除非出家修道，才能不死。”那时候，我对死很怕，也就是不愿意死。又觉得生生死死没有意思，遂起了出家的念头，修道才能了生脱死。

有一天，我对母亲说：“我想出家修行，不知妈妈同不同意？”母亲说：“出家是好事，我不能拦阻你。可是等我死后，你再出家也不迟。”母亲已经许可我出家，我心中非常高兴，但是不能即刻出家。

当时的我，反省过去做了不知孝顺父母的事，惹父母操心，费了很多精神。怎样来报答父母的养育之恩？左想右想，想出一个笨法子——向父母叩头，表示忏悔。遂决定发这个心愿。当我开始给父母叩头的时候，父母吓了一跳，便问：“为什么要叩头？”我说：“因为我以前不知孝顺父母，惹父母生气，现在知道不对了，所以从今天开始，向父母叩头。”父亲说：“既然知道过错，能改就可以啦！不必再叩头。”我说：“孩儿的个性一向倔强，说出的话，一定要做到。”父母亲知道我的脾气，不再说什么，默许我的愿心，接受我每天早晚叩头。

从此以后，每天清早起来（家人在睡觉时），就到院中向父亲三叩头，向母亲三叩头。每天晚间，家人上炕睡觉之后，就到院中向父母各叩三个头。叩了一个时期，感觉不够，又向天地叩头。当时不知有天主、地主、人主等名词，只知有天、地、君、亲、师，所以每天早晚，给天叩三个头，给地叩三个头，给国家元首叩三个头，给父亲叩三个头，给母亲叩三个头，给未来老师叩三个头。

这样的叩头，经过一段时期，感觉还不够，又增加给天下大孝人叩头，给天下大善人叩头，给天下大贤人叩头，给天下大圣人叩头。以后又增加给全世界所有的好人叩头，也给全世界所有的坏人叩头。乃对天叩头，向天祷告，希望大恶大坏的人，改恶迁善，统统成为好人。这样的增加下去，最后增加到八百三十个头。每次要叩两个半小时的头，早晚两次，需要五

小时，我在院中，无论刮风下雨，照叩不误。就是在冬天下雪，也是在院中叩头。用我的愚诚来叩头，祈求风调雨顺，国泰民安。

这样叩了几年，母亲往生，我在母亲墓上守孝三年，仍然在叩头。出家之后，开始研究经典，觉得佛经是世界上最完善的经典，也是世界上最丰富的经典。其它宗教的经典，简直是望尘莫及。

我在未出家之前，参加各种宗教的活动，曾经参加天主教的弥撒仪式基督教的安息会，还赴旁门左道的法会。总而言之，到处寻觅了生脱死的方法，到最后很失望，找不到根本解决的方法。各宗教的教义，都不彻底、不究竟。但是发现天主教和基督教，普遍令一般人所接受。为什么？因为他们的《新约》和《旧约》，翻译成各国文字，义理浅显，容易明了。佛教的教义，虽然很圆满，但是文字太深，非一般人所能明了，所以信仰的人很少当时，我发了一个空愿，决心将三藏十二部经典译为白话文，再翻译成世界各国文字。可是我不懂世界语言，也没有机会学习，也没有这种智慧，不知能否实现呢？

一九六二年，我来到美国弘扬佛法。到机缘成熟时，美国弟子们，便开始翻译经典，完成我的志愿。经过多年的努力，翻译的成绩颇佳，可是离目标尚有一段距离，希望大家再接再厉，努力工作。从事这种使命乃是神圣的、清高的、无上的。把三藏全译成英文，功德无量。今天有位弟子发愿，拟将佛经译成英文，让我想起往日所发的愿，盼望我的弟子，大家同心协力，来完成我所发的愿力！

【编按】：宣公上人在南华寺亲近虚老的时候，蒙老和尚重视，特委要职，受命为南华戒律学院学监，不久转为教务主任。在传戒时，为尊证阿阇梨。以后虚老将“沩仰宗法脉”传上人，成为沩仰宗第九代接法人。

为续佛慧命，上人从香港来到美国，极力提倡“禅、净、教”三修的法门，打破门户之见。规劝弟子们天天要坐禅，天天要念佛，天天要研究经典三管齐下，才能收事半功倍之效。

上人有超人的智慧，有过目不忘的记忆力。讲经说法，事前不拟草稿，观机逗教，因时、因地、因事、因人而说，滔滔不绝，头头是道，说出来义理圆融，所谓“辩才无碍”，令人叹为观止。

上人讲《华严经》时，能闭目诵经文，一字不错，笔者认为未曾有，亲目所见，亲耳所闻，所以衷心地敬佩。在上人座下的弟子，都是受过高等教育的知识青年，对上人的德望学识，佩服得五体投地。

上人教导有方，弟子们循规蹈矩，认真修行，遵守佛制，时时搭衣、日中一食、夜不倒单。对所有佛弟子有不可思议的启迪作用。

上人于一九六二年，来美之后，成立中美佛教总会（法界佛教总会的前身），又成立四大道场：万佛圣城、旧金山的金山圣寺、洛杉矶的金轮圣寺、西雅图的金峰圣寺。为培养弘法的人才，特在万佛圣城设立法界佛教大学、培德中学、育良小学。为使佛经流通于全世界，所以成立国际译经学院，现在有许多僧尼、居士，埋头苦干，把佛经翻译为英文，已出版六十余部经典，均获各界好评。

在上人德高望重之号召下，有华籍、美籍、英籍、意籍、越南籍等青年男女，纷纷皈依受具、出家修道。其中有博士学位、硕士学位及学士学位者

放下前程似锦的生活，入佛门求证真理。这种苦行在美国佛教史是空前的壮举。希有之至！皆是效法上人而受他高蹈懿行所感动，殊值钦佩！

二十八．果佐行者出家的因缘

安分守己，老老实实，勤加修持，才能得到真功夫。

◎一九八一年七月十六日至二十二日禅七开示于万佛圣城万佛殿

我驻锡于哈尔滨南三十里平房站三缘寺时，有一天在定中观察，知道第二天有个小孩子会来出家。第二天早上，就对弟子果能说："今天会有个小孩子来出家，等他来了，告诉我！"在中午时，果能到我房中，用山东腔说："师父！您说的那个小孩子，真的来啦！"我到前边一看，是个十二、三岁的男孩子，五官端正，身体强壮，是比丘相。这个男孩见到我，好像见到久别的亲人，情不自禁地哭起来，所谓"喜极而泣"。

我问他："你为什么要出家？"小孩子说："因为我有病（他在五岁时，能替人家治病，可是自己有病，不能治自己的病），医生检查不出病源，束手无策，无药可治。父母非常着急，到处求医，仍不见效。有一夜里，我连做三个相同的梦，在梦中有位胖和尚，对我说：'你的病，除非到哈尔滨三缘寺去找安慈法师，跟他出家修道，即能不药而愈，否则的话，是没有希望的。'我清清楚楚地记得，所以征求父母的同意了，来到这里。请安慈法师慈悲，收我为弟子。"

当时，我笑着对他说："你认识安慈法师吗？"他说："我不认识。"我说："既然你不认识，你怎能找到他呢？我们这里没有安慈法师。"小孩子很有信心地说："不会吧！刚才我进门时，就看见梦中那位胖和尚坐在那里（他用手指着弥勒菩萨），他不会骗人的。是他教我来的，绝对不会

错。”我又问他：“你所说的梦话，有什么根据令人相信？你是不是没有衣服穿，没有饭吃，没有地方住，想来出家？”

他坚定地说：“不是的！我是受胖和尚的指示，教我来找安慈法师，只有他才能医好我的病。所以，我走了一个多月，步行一千多里。（当时日本无条件投降，东北的铁路已经不通车。）有时候，走过旅店，前边没有村庄，只好在荒地上睡觉。为赶时间，不顾一切。有一天夜里，我在草坪上睡觉，忽然有狼群，很快将我包围在中间，可是我不怕，对狼群说：“快点离开！不然，对你们不客气，给你们个弹（手榴弹）吃。这时，狼群乖乖地走了。”这是他求法的一个小插曲。

他说完经过之后，用乞求的眼光看我。我要考验他是否有诚意，于是将馒头用口嚼烂，吐在地上，对他说：“你把它捡起来，吃下去！吃完再说。”他毫不考虑，也不嫌口水肮脏，捡起来就吞到肚中。考试及格，证明是诚心诚意来出家，于是授沙弥戒，成为一个小沙弥。

他受戒（沙弥戒）之后，用功修行，勇猛学习，毫不懈怠，又不放逸，不到半年的时间，便证得五眼六通，本事很高，可以说“神通广大”。这不是夸大之词，是千真万确的事实。当时的人，皆知小沙弥有神通。可惜他后来生出贡高我慢的心、自满的心，认为自己了不起，所以神通就不翼而飞，要显也显不出来了。

我们修道人，要注意！无论有神通也好，没有神通也好，千万不要生骄傲的心，执着的心，更不可自我宣传，自卖广告。要安分守己，老老实实去精进，勤加修持，才能得到真功夫。千万不可在皮毛上用功夫。听到什么音声，看到什么境界，便认为了不起。要晓得那离真道还有十万八千里！

二十九．果舜行者出家的因缘

修行人要忍人所不能忍，受人所不能受，吃人所不能吃，穿人所不能穿。要勤修戒定慧，息灭贪嗔痴，这是沙门的本分。

◎一九八一年七月十六日至二十二日禅七开示于万佛圣城万佛殿

果舜是黑龙江省哈尔滨市人，俗姓姚氏，以农为业。夙秉善根，感觉世界万苦交煎，充满罪恶，乃萌出世之念，到处访求明师。有一天，在途中被日本兵（伪满时代）发现，认为是无业游民，强迫送到边界去做苦工。他被送到里河劳工营中，时时想逃走，可是找不到机会。因为营房的四周，用电网围绕。如有逃者，不是被守兵枪击而死，就是被狼犬所咬死。纵使侥幸逃过此二关，也逃不出电网，一定被电所烧死。这等于人间地狱一样，苦不堪言。

有一天晚上，果舜在梦中，见到有位长须老人对他说："今天晚上是你出离樊笼的时机，在门外有只白狗，随它而去！"果舜惊醒，悄悄走到门外，果然见到有只白狗，在等着他。于是乎就跟随在狗的后边，安全走出电网，逃回家乡。他庆幸死里逃生，又看破红尘，所以决心出家修道。

民国三十三年冬天，我到大南沟屯为高居士的母亲治病。第二天，全屯传遍高母病愈之奇迹。这个时候，果舜听闻了，来拜我为师。他长跪不起我见他很诚心，所以允许他的请求，满他的心愿。对他开示："在家修道不易，出家修道更难。所谓'大事未明，如丧考妣；大事已明，更如丧考妣'。修行人还要忍人所不能忍，受人所不能受，吃人所不能吃，穿人所不能穿。要勤修戒定慧，息灭贪嗔痴，这是沙门的本分。"又为他说一首偈颂：

念念莫忘生死苦　　心心想脱轮循环

虚空粉碎明佛性　　桶底脱落见本源

又对他开示："现在是末法时代，出家者多，修道者少。信佛者多，成佛者少。你既然发愿出家，必要发菩提心，做疾风中之劲烛，烈火内之精金不可辜负出家之初衷，谨之慎之！"果舜叩头顶礼，跟我到三缘寺受沙弥戒，法名为果舜。

果舜出家之后，勇猛精进，严守戒律，不懈怠、不放逸，但专一其心，参禅打坐。每次入定，往往经过一昼夜的时间而出定，在定中能知过去、现在未来一切的因果，这是很不可思议的境界。

民国三十四年九月，果舜在大南沟屯的西山下，龙王庙之左，自建茅蓬，作为自修之所。落成之日，我率领果能、果佐、果植等去开光，当天夜里，有十位龙神来请皈依。我对他们说："汝等职列水祇，受人供养。天时如此奇旱，因何不雨？"诸龙神异口同声地说："无玉帝敕命，小神不敢擅行降雨。"我就对他们说："汝等代吾奏帝释（玉皇大帝），请求明日降雨，然后再为汝等授皈依。"第二天，果然天降大雨，解除旱灾，农民欢喜若狂，感谢神恩，唱戏为酬，人神同乐。因为果舜茅蓬开光，有此一段因缘，所以，命此茅蓬为"龙雨茅蓬"，以志纪念。

茅蓬中共有三人同修，是同村人。刘居士和杨居士，随果舜做早晚功课，诵"大悲咒"为主课。后来刘居士出家为僧；杨居士被征，参加八路军参军之后，常常写信回家，以后消息突然断绝，家人十分惦念，怀疑彼不在人间。

民国三十七年七月某日，果舜和高居士在茅蓬中诵〈大悲咒〉，忽然听见有人叫门的声音，开门一看，原来是杨居士回来了。他一言不发，就到屋

后去了。果舜继续诵“大悲咒”，诵毕，到屋后去看杨居士，想问他这两年到哪儿去了？一进门，就看见一只狐狸，夹尾而逃。

果舜因为持“大悲咒”，已具威德，狐狸无法扰乱其心，乃现原形。大概是因为杨居士在战场死了，其头脑被狐狸所噬，所以现杨居士之形来引诱。岂知果舜的定力到了不动转的程度，邪不侵正，狐狸精始知难而退。所以修道人要经得起考验，不要被境界所转。

民国三十四年七月十五日，盂兰盆法会，我率领弟子，在佛前燃香，我乃发愿：“若能活到百岁，则烧全身，供养佛陀，求无上道。”当时每个弟子，都发心愿。果舜也发愿：“弟子果舜！若遇相当机会，愿效药王菩萨，烧全身供佛，不待百岁。”我在观察中知道他宿有此愿，所以允许他发这个愿。

民国三十八年四月十八日，果舜感觉一切无常，而佛教破产，痛不堪言，悲不忍睹，乃发心烧身，以殉教难。自备油柴，端坐其上，自焚其身。次日，村人知之，大家来看，果舜全身成灰，唯心未焚化。村人敬之，将骨灰及心埋葬于殉难之处。

三十．修道的六大宗旨

不争、不贪、不求、不自私、不自利、不打妄语。

修道人要有择法眼，才能选择何为正法，何为邪法。正法就是不争、不贪、不求、不自私、不自利、不打妄语，这是修道人的六大宗旨。依此宗旨去修行，就是正知正见。邪法就是有争、有贪、有求、有自私、有自利、打妄语有了这六种心，就是邪知邪见。正邪的关键在于此，所以这是正邪的分水岭；向前流是正法，向后流是邪法。这一点，大家要认清楚。

如果没有邪知邪见，不论魔王如何来扰乱，而你的定力坚固，不会动摇你的道心。所谓“佛来佛斩，魔来魔斩”，为什么要这样说？因为教你不要执着境界，就是佛来也不接受，何况是魔呢？在境界中的预兆，虽然有时很灵验，可是不要相信。那么，要相信什么？就相信不争、不贪、不求、不自私、不自利、不妄语。这六种宗旨，就是六把斩魔剑、降魔杵。

有了这种的正知正见之后，就算有天人现身来供养、来叩头，也不动心。如果一动心，或生出欢喜心，欢喜魔便得其方便，乘机而入，来扰乱你修道，令你发狂。若生忧愁心，那么，忧愁魔得其方便，乘机而入，来扰乱你的心，令你烦恼。或者动了执着心，或者动了我慢心，都会受魔来扰乱，使思想不清净。所以无论遇到什么奇奇怪怪的境界，不要相信，不要动心。要相信自己的智能，要明白自性能生万法，明白自性本来清净，明白自性本无染污，明白自性本不颠倒。若能这样，还有什么可求呢？

凡是有所求，就是染污。有争、有贪、有求、有自私、有自利、打妄语，都是染污。无论什么法，可以用这六大宗旨来衡量、来观察，作为尺度。合者是正法，不合者是邪法。这六大宗旨，能破天魔外道的邪知邪见。天魔外道所行所作，皆有所求。总是在争、贪、求、自私、自利、妄语中打主意，一切为自己，而不为他人，这就是旁门左道的思想。

修道人，要行所无事，积功累行，不可执着。所谓“扫一切法，离一切相”。不可说：“我有什么功夫，我有什么修行。”或者“我有什么境界，我有什么神通。”就算是有的话，都是虚妄不实，不可相信，免上其当。若相信异端神通，就不能成就正定正受。要晓得正定正受不是从外边得来，

乃是从自性中所生出来。怎样能生出来？就是回光返照，反求诸己，才有成就。

万佛圣城是万圣集会的地方，可是在四周也有魔王在等待机会。如有修道人的心不清净，尽打妄想，魔王就入其窍，做你的顾问，譬如令你先知今天尚未发生的事。你若认为这是神通，就上了魔王的大当，作为他的眷属。不要听到一点声音，便认为虚空在说话，虚空本来无言语。所谓“离言说相，离心缘相”。假如听到虚空有声音，那就是魔的境界，不是大圆镜智所应该有的。为什么要耽着雕虫小技？这是没有出息的行为。

修道人，心要清净，不要贪图预先知道的事。先知道将要发生什么，反而有麻烦，令你分心，精神不能集中，无法专一来修道，妄想纷飞，烦恼重重。不知道，不烦恼，即无挂碍。在《心经》上说：“无罣碍故无有恐怖，远离颠倒梦想，究竟涅槃。”这才是修道人所趣向的目标。

三十一．久参自然会开悟

参到山穷水尽的时候，自然有好消息，柳暗花明的境界便出现眼前。

参禅时，眼观鼻、鼻观口、口观心，这是基本的法则，可以控制心猿意马，不令向外驰求。在禅堂参禅，不可东张西望，如果前视后盼，心就跑到外边去了，禅就参不下去。这一点，各位要特别注意！禅七的光阴，非常宝贵，可以说分秒必争，不能空过，把握时机来参禅，参禅才能得大智慧。

修道人，不要把皮囊视为宝贝。没有这种思想，才能用功修道。如有这种思想，则会作为它的奴隶，一天到晚为它服务。所以真正修道的人，将身体视为臭皮囊，不去重视它。如果重视，则成修道的障碍，所谓“借假修真”，方便而已。

在禅堂里，最大的忌讳，就是在参禅中睡觉。一般人参禅，容易犯两种毛病：一为掉举，一为昏沉。不是打妄想，就是打瞌睡。用功的人，聚精会神在参，绝对不会睡觉。若是入定，另当别论。

坐禅可以证得正定正受，也就是三昧。若能证得此境界，便会如如不动，了了常明。如何能证得此境界？就要下一番苦功夫，勇猛精进、心无妄想，到一念不生全体现的时候，就找到本来的面目，本地的风光。

坐禅的关键，就在"念兹在兹"参话头。所谓"久参自然开悟"，参到山穷水尽的时候，自然有好消息，柳暗花明的境界便出现眼前。有人说："我参加这么多次的禅七，为什么还不开悟？"因为你不能忍耐一切苦，只想开悟。要知道开悟是从立功积德而来，久而久之，功德圆满，自然开悟可是你一点功德也没有，就想开悟，简直是痴心妄想，癞蛤蟆想吃天鹅肉，那是办不到的。

三十二．修道不要争第一

修道的人，好像水一样，有谦卑心，不争功、不贪德，好的给人家，坏的自己留着。

现在参禅的人，尽在皮毛上用功夫，把参禅当作比赛来争第一。你能坐三小时，我就要坐五小时，胜过你一招，有这种心理在作祟，焉能开悟？就是坐了八万大劫，也不能明心见性。为什么？因为你有胜负心。所谓："争是胜负心，与道相违背；便生四相心，由何得三昧？"这首偈颂，是警惕修道人，不可争第一。功夫到家，智慧现前，自然会有人评判你是第一，那才是真第一。如果心想第一，有这种胜负心，就与道相违背了。

修道的人，好像水一样，有谦卑心，不争功、不贪德，好的给人家，坏的自己留着。老子说："上善若水，水利万物而不争。处众人之所恶，所以几

于道。”上善，就是第一流的修行者，如水一般，向低洼之处流去。虽然水对万物有利益，可是不争其功德。不论是飞潜动植，或是胎卵湿化，一视同仁，供给所需。修道人，亦复如是，对一切众生，视为过去的父母、未来的诸佛，要慈悲为怀，方便为门，拯救他们出离苦海。凡是众人所不愿意住的地方，也要去住，有这种的思想，就离道很近。凡是有胜负心，就不合乎修道的宗旨，就违背了道。

修道人，要没有“四相”的心。“无我相”，谁在修道？修道的人也没有了。“无人相”，没有和人比赛的心。“无众生相”，我相没有，人相没有，所以众生相也空。“无寿者相”，既然众生相也空，哪来个寿者相？若是有争强论胜的思想，就有四相心。有了四相心，从什么地方能得到正定正受？这个道理，不妨琢磨琢磨。一言以蔽之：“有四相心，即是凡夫；无四相心，即是菩萨。”

修道人，要记住《金刚经》的四句：“一切有为法 ，如梦幻泡影，如露亦如电，应作如是观。”凡是有形有相，皆是有为法。有为法，好像做梦，好像幻化，好像泡沫，好像影子，好像电光，皆是虚妄而无实体。一切的一切，皆应该这样来观察，才能明白真实的道理，就不会执着，不会打妄想。

在《金刚经》上又说：“过去心不可得。现在心不可得。未来心不可得。”过去心为什么不可得？因为过去已经过去了，还管它做什么。现在心为什么不可得？因为现在念念不停。你说这是现在，等你说完，现在又过去了，时间不会停留的。未来心为什么不可得？因为还没有来嘛！你说那是未来，可是它又来啦！连未来也没有。所以过去现在未来三心了不可得。能依佛所说的法去修行，直截了当，可达涅槃之境。

修道人，要依正知正见的法为准绳，勇猛修习。这时候，“离言说相”言说的相也没有了，没有什么话可说的。“离心缘相”，心缘的相也没有了，没有什么缘可攀的。“离文字相”，文字的相也没有了，没有什么文字可代表，可说出来。既然说不出来，还有什么可回忆？还有什么放不下？还有什么可认真？各位！要在这个地方用功，不可在皮毛上用功。

有人在想：“今天坐禅，腿不知疼，腰不知酸，不知不觉到开静的时间。”因为你在睡觉嘛！当然什么也不知道。不要误认是境界。若是有这个执着，则容易走火入魔，大上其当。

各位注意！凡是从外来的境界，不要注意它，不要理会它，听其自然，不随它转。在《楞严经》上讲得非常明白，希望参禅者，要彻底研究“五十阴魔”的来龙去脉。《楞严经》是参禅人的宝鉴，所有修道人宜深入钻研。

三十三．修道目的为成佛

修道要有正知正见，不可颠倒是非，黑白要分清楚。

为什么要修道？为成佛。怎样能成佛？初步修“诸恶莫作，众善奉行”，进一步“勤修戒定慧，息灭贪嗔痴”，再进一步“发菩提心，行菩萨道”。所以，在未成佛之前，要选择光明平坦的大道去行，不可以贪图方便去走崎岖小路，那会迷失方向。谨之！慎之！

真正的修行人，依法修持，不怕苦、不怕难，勇猛前进，直达佛果。所谓：“铁杵磨绣针，功到自然成。”用功用到极点，自然成就佛位。不可标异现奇，不可自夸其德，有这种思想的人，永远不会成佛。

开五眼的境界，能见十方诸佛，在那里怎样用功修行，怎样成佛果；能见十方诸菩萨，在那里怎样用功修行，怎样成菩萨果；能见十方诸阿罗汉，

在那里怎样用功修行，怎样成阿罗汉果。这些境界，皆一目了然。开五眼的人，一念之间，能将佛所说的三藏十二部经典，通达明了，照了诸法实相。

在“三皈依文”说：“自皈依佛，当愿众生，体解大道，发无上心。自皈依法，当愿众生，深入经藏，智慧如海。自皈依僧，当愿众生，统理大众，一切无碍。”如能“深入经藏，智慧如海”，这时候，无所不通、无所不明、无所不知、无所不见，这才是大彻大悟。不可因小失大，为贪图小境界，而把本有的大圆镜智遮住了，那就不能深入经藏，不能智慧如海。开大智慧的人，绝对不贪小境界。凡是贪小境界的人，乃是不认识真假，把黄金当黄铜，或把黄铜当黄金，甚至于不要钻石而要玻璃。为什么？因为没有辨别真假的能力。

修道要有正知正见，不可颠倒是非，黑白要分清楚。不可鱼目混珠，不可滥竽充数。否则，就是邪知邪见，永不成佛。什么是正知正见？浅言之，没有三毒心，身心就会清净，智慧就会现前，能照破无明的黑暗，能灭除烦恼的热病。到这种境界，便证得果位。希望大家向这个目标迈进。

三十四．停止你的妄想吧！

怎样才能不打妄想？别无二法，就是参话头。

诸位坐在禅堂里，表面上在打禅七，可是在心里是打妄想。这个妄想，忽然而天，忽然而地，忽然而饿鬼，忽然而畜生。种种妄想，都离不开贪嗔痴。说是勤修戒定慧，可是不修戒定慧；说是息灭贪嗔痴，可是不息贪嗔痴就是这样的怪。不但一生一世是这样，而且生生世世都是这样。所以在六道轮回中，头出头没永不停止。做狗的时候，觉得是第一。做猫的时候，也觉得是第一。总而言之，无论做什么众生，总觉得自己是第一。为什么？因

为有无明的执着。如果真心修道，努力参禅，即能解脱轮回之苦，证得涅槃之乐。

有的人修行不认真，随梆唱影，在禅堂混光阴。人家坐我也坐，人家行我也行，人家怎样我就怎样。把生死的问题，抛到九霄云外，一点也不认为重要。不肯真正用功，不肯决心修道，又不肯把妄想打死。坐在那里，打一个妄想又一个妄想，没有停止的时候。一天打了八万四千个妄想，还觉不够。妄想！妄想！被妄想搞得心乱如麻，神魂颠倒，太可怜啦！

那么，怎样才能不打妄想？别无二法，就是参话头。话头虽然也是妄想，可是它能令你的精神集中，不向外驰求。这是以毒攻毒的办法，用一个妄想来控制多个妄想，将一个妄想参来参去，就没有妄想。到了没有妄想的境界，便是开悟的时机，这时候，或一言、或一行、或一举、或一动，都是开悟的钥匙。

三十五．入定不是睡觉

入定，好像活死人，但有知觉。

有人问我：“入定和睡觉有什么不同？”简而言之，入定的姿势，仍然端坐，背直如笔，实正不偏，或者呼吸停止，或者脉搏停止，望之，好像活死人，但有知觉。可以坐一天不动，十天不动，甚至一个月不动。睡觉的姿势，头歪身斜而不自主，气出气入，呼呼有声，甚至鼻息如雷。不同之处，就在这个地方。

参禅的过程，好像读书一样，由小学进中学，进大学，进研究所，经过这四个阶段，才能获得博士学位。参禅这个法门，亦复如是，分为四个步骤也就是四禅的境界。简略述之如下：

初禅名“离生喜乐地”。就是离开众生的关系，得到另外一种快乐。此非凡夫所得的快乐，而是在自性功夫里边。到初禅定中，呼吸停止。外边呼吸停止，内边呼吸活动起来，好像冬眠一样的道理，不再赘言。这时，心清如水，明如镜。照了自性的本体，而知道自己在打坐。

二禅名“定生喜乐地”。在定中，出生一种无比的快乐，所谓“禅悦为食，法喜充满”，得到这种快乐，不知道饥饿，所以可以多日不食不饮，没有关系。但是不可执着，如一执着，前功尽弃，即入魔境，吾人不可不谨慎。二禅的境界，在定中不但呼吸停止，而且脉搏也停止。出定时，又恢复正常。

三禅名为“离喜妙乐地”。就是离开二禅之欢喜，得到妙不可言的快乐，觉得一切都是佛法，一切都是快乐。三禅的境界，在定中呼吸脉搏停止意念也停止。这时候，不念善、不念恶，不念是、不念非，也就是一念不生。但不要认为了不起，这仅是一个过程而已，离了生死还有十万八千里。

四禅名为“舍念清净地”。在此境界连快乐的念也没有了，已把它舍弃，而到达清净无所作为的境界。也就是到了无为而无不为的地步。到了四禅，乃是参禅功夫所必经之路，没有什么不得了，不要误认是证果。如果这样想，就和无闻比丘犯同样的错误，而堕地狱。

四禅的境界，还是凡夫的地位。如果精进向前，证到“五不还天”的境界，才是证得圣人的地位。但此位尚未了生死，非得超出三界，才能了生脱死。这一点要弄清楚，不可混为一谈。

三十六. 《楞严经》是伪经吗？

《楞严经》无法不备，无机不摄，是一代法门的精髓，成佛做祖之正印。

憨山大师曾经说过这样的两句话：“不读《法华》，不知如来救世之苦心；不读《楞严》，不知修心迷悟之关键。”的确是这样的情形，因为《楞严经》无法不备，无机不摄，乃是一代法门的精髓，成佛做祖之正印。所以参禅打坐的人，必须要熟读研究这部经，才明悉“五十种阴魔”的境界，不会上魔王的圈套。否则，境界认识不清，不管什么境界来临，就执着它，便容易入魔境，为魔王眷属。这是一件十分危险的事！

不但“楞严咒”要背得出来，就是《楞严经》也要背熟。所谓“熟能生巧”，到时候，便有无穷的受用，有不可思议的感应。凡是研究中国文学的人，《楞严经》是必读之书。因为此经文辞优美，义理丰富，是一部最理想的经典。

有些自命不凡的学者，对于佛学未曾深入研究，就认为自己是佛学专家、佛学权威，似是而非，不彻底了解佛教的真谛，乱加批评，贸然提出《楞严经》是伪经的谬论。别有用心的人，就随声附和，这是盲从，实在可怜！

为什么有人说，《楞严经》不是释迦牟尼佛所说的法门呢？因为，这部经所说的道理太真实，把人的毛病说得太彻底了，令妖魔鬼怪、牛鬼蛇神无法横行，原形毕露。所以，要故意破坏，宣传是伪经，令大家不相信《楞严经》，他们才有生存的机会。如果承认是佛说的法，他们做不到。

第一、对“四种清净明诲”不能守。

第二、对“二十五圣圆通”法门不能修。

第三、不敢面对“五十种阴魔”的境界。

如果人人读《楞严经》，明白《楞严经》，外道的神通则失去灵光，毫无效用，使人不再相信他有神通。所以，天魔外道只好妄言破坏，大肆宣传，说《楞严经》是伪经。

不但在家人这样诽谤《楞严经》是假的，就是出家人也如是云云。为什么？因为一般出家人，所受的教育有限，甚至还有目不识丁者，对于经典看不懂。尤其这部《楞严经》，文又深，义又妙，所以无法了解，无法辨别真伪。如有人一说某某经是假的，某某经是伪的，此辈便不加考虑，人云亦云所以《楞严经》便受到不白之冤。

古时在印度，《楞严经》被列为国宝，禁止运出国外，凡是出境者，都严格检查，深深恐怕这部经流出。海关对出境的僧人，特别注意。当时（唐朝时代）印度有位高僧，名叫般剌密谛三藏法师，他费尽心机，想尽办法，将《楞严经》藏在臂内，瞒过检查人员，带到中国，从广州登陆。

当时，有一位被武则天女皇所贬的宰相房融，在广州做太守，于是乎，请般剌密谛法师翻译这部经，而他为之润色，成为文学的巨著，并献于武则天。因为在当时有《大云经》伪造的风波，所以武则天将此经存在宫中，没有流通。后来神秀禅师为国师时，在宫中受供养。有一天，发现此经，认为对于禅宗有价值，乃流通于世。这时，中国才流通《楞严经》。据传说，《楞严经》是最后来到中国，但在末法时代，《楞严经》最先毁灭，其它经典也渐渐被毁灭，到最后，只剩下一部《无量寿经》。

【编按】：宣公上人极力主张《楞严经》是千真万确的诸佛心印。所以上人来到美国之后，就讲《楞严经》。为什么？因为佛法传到美国，拟将末法变成正法。现在《楞严经浅释》已出版问世。这是上人为续佛慧命，费了一番心血的成就。

三十七．要修般若波罗蜜多

回光返照，观察观察自己在不在？

“观自在菩萨。行深般若波罗蜜多时。照见五蕴皆空。度一切苦厄。”这四句是《心经》的精华要理。略释如下：

“观自在”：是教你回光返照，观察观察自己在不在？自己若在，就不会向外驰求，到处攀缘。若是不在，则容易妄想纷飞，甚至发神经。总要找机会，令人供养。有这种思想，那就不自在。

“菩萨”的行为，一切是利益众生，以众生为前提，绝对不是为利益自己。我们凡夫的思想，恰好相反，总想利益自己，而不利益众生。无论做什么事，先要计较一番，有利的就做，没有利的就不做，这就是自私自利的表现。世界为什么不能和平相处？就因为这种关系。你争我夺，互不相让，所以就发生战争，造成国破家亡的残局。

这位菩萨，他能“行深般若波罗蜜多”，从无始劫以来，一直到现在，生生世世都修深般若法，没有间断的时候。修深般若法，

（一）没有骄傲心，若有骄傲心，就是愚痴。

（二）没有自满心，若有自满心，就是愚痴。

（三）常生惭愧心，不生惭愧心，就是愚痴。

（四）不生攀缘心，若生攀缘心，就是愚痴。

（五）不生嗔恨心，若生嗔恨心，就是愚痴。

（六）不生颠倒心，若生颠倒心，就是愚痴。

我们修道人，以这六种心，作为标准。衡量自己所行所作，是否如法？如法就是智慧，不如法就是愚痴。也就是说：勤修戒定慧，息灭贪嗔痴，就是智慧。不修戒定慧，不灭贪嗔痴，就是愚痴。智慧和愚痴的分别，就在这个地方。

要修深般若，才会照破五蕴中的五十种魔境：在色蕴中有十种阴魔，在受蕴中有十种阴魔，在想蕴中有十种阴魔，在行蕴中有十种阴魔，在识蕴中也有十种阴魔。总括来讲，有这五十种；分开来讲，有无数无量种。如有不慎，就堕入魔境。总而言之，凡是有邪知邪见的人，都是属于魔的眷属有正知正见的人，都是属于佛的眷属。

行深般若波罗蜜多时，才能认清魔的境界，不会被其动摇。这时候，不但照见五蕴皆空，也度一切苦厄。五蕴皆空，即是真空。所谓："真空无人我，大道无形相。"

一切苦厄，就是三灾八难之苦厄。

若能将这四句经文的法，修到炉火纯青的时候，就证得八风吹不动的境界。何谓八风？就是称、讥、苦、乐、利、衰、毁、誉。这八种风，能吹得没有定力的人，昏头转向，不知东西南北。今将这八风浅释如下：

（一）称：就是称赞。人家称赞你一声，觉得比蜜还甜，心里很舒服。

（二）讥：就是讥讽。人家讽刺你一句，就受不了，心里就不舒服。

（三）苦：就是苦恼。受一点苦楚，就烦恼起来。一切苦来折磨你，看你受得了受不了。

（四）乐：就是快乐。受一点快乐，不要得意忘形。一切乐都是考验，看你怎么办？

（五）利：就是利益。得到利益就高兴，失去利益就悲哀，这是没有定力的表现。

（六）衰：就是衰败。无论遇到什么艰难，要做到损失不计较，失败不动心。

（七）毁：就是毁谤。有人毁谤你，说你的坏话，无所谓！应该处之泰然，自然风平浪静。

（八）誉：就是荣誉。有人赞叹你，宣传你的名望，仍要无动于衷，视功名犹如瓦上霜。

这八种风，是考验“心”的法门，在逆境不动心，在顺境也不动心。若是动心，就是修持不够，没有定力的功夫。若是不动心，便证明有功夫。但是不能自满，自我宣传：“八风也吹不动我，我的定力，犹如金刚一般的坚固。”这样也不对。

在宋朝有位苏东坡居士，他对佛学略有研究。虽然他禅定功夫还不够却自觉定力到了相当程度。有一天，心血来潮，灵感而至，写了一首偈颂：“稽首天中天，毫光照大千，八风吹不动，端坐紫金莲。”以为自己已开悟所以请佛印禅师给印证，于是派遣侍者过江送到金山寺。老禅师一看，在原纸上写上“放屁！放屁！”四个字，交给来人（侍者）带回。苏东坡一看无明火有三丈高，大发雷霆，岂有此理！这是开悟的偈颂，怎说是放屁？于是过江来找佛印禅师算帐。

不料，来到金山寺的山门时，佛印禅师已在那里等待他的光临，就大笑地说：“好一位八风吹不动的苏大学士，竟被屁风吹过江来，欢迎！欢迎！”（因为他们二人是老道友，时常开玩笑）苏东坡满肚子的火，刚要爆炸，被老禅师一说，觉得有理，于是承认自己定力不够，乃向禅师顶礼谢罪从此之后，不再说口头禅了。

禅是行的，不是说的，能说不能行，无有是处。

三十八．修道人不可打妄语

自己做错事不承认，还替自己辩护，有这种思想和行为，焉能修道？

在禅堂里要循规蹈矩，不能标异现奇，不能自以为是，而不守禅堂的规矩。要知道禅堂是造圣人的处所，不可以破坏道场，令人失去开悟的机会。这一点，凡是参加参禅的人，要特别注意，要严守戒律，不可放逸。

参禅的机会是很难得到，千万不可错过。现在大家共同来参禅，这乃因为往昔所种下的善根，才有今天的机缘。用功修道的人，遇到打禅七的良好机会，要把握开悟的时机，就是一分一秒的时间也不浪费。不可因为一时的快乐，而躲懒偷安。这样会耽误开悟的机会，又会堕落在三恶道。到时候，后悔也来不及了。所以我说："莫待苦时方学道，三途都是懒惰人。"所以要时时在用功，刻刻在精进。

在禅堂里，将话头放在心上，行也参话头，坐也参话头，参来参去，把话头参透了，就见到本来真面目。为什么？因为话头能照破妄想，乃至于上不知有天，下不知有地，中不知有人，哪会有时间去打妄想呢？

要晓得妄想就是妄语，对基本的五戒不守，为争而打妄语，为贪而打妄语，为求而打妄语，为自私而打妄语，为自利而打妄语。打妄语就是骗人自己做错事不承认，还替自己辩护，有这种思想和行为，焉能修道？

人为什么用功不进步？就因为妄语打得太多。打一句妄语，就有一百个妄想生起。这时，坐也坐不住，站也站不稳，这是掉举。不知如何是好，进也不知对不对？退也不知对不对？无所适从，很不如法。

真正修行人，处处守规矩，时时勤精进，绝对不打妄语，不去攀缘。希望大家不要向打妄语人学，更不要向不守规矩人学。这样不但得不到利益反而受其害，这一点要谨慎，要小心。如果被传染，后患无穷。真正修行人，不怕苦，不怕难，时刻认真在修行，不为外来境界动摇其心。参！参！参到水落石出，就是本地风光。

三十九．修道人要受苦

福不可享尽，享尽就没有福了；苦可受尽，受尽则没有苦。

所谓“受苦是了苦，享福是消福”，我们修道人为什么要修苦行？一天只吃一餐，就为要了苦的缘故。苦了了，便是乐。福，有应享的福和不应享的福。应享的福，是自己工作所得来的代价，能够住好房子，穿好衣服，吃好东西，坐好汽车，可以享受一番。可是，要知道享完之后，就消福了，而在福报的银行就没有存款了。

不应享的福，就是在本分之外求享受，由侥幸得来的福。好像强盗，抢人家的钱，自己享受，这是不讲道理的享受，必定会受到法律的制裁。在福报银行的户头就透支了。应享的福，享完之后，就报销了福，何况不应享的福，硬要勉强享受？这不但消福，而且还要亏本。因为这种关系，福不可享尽，享尽就没有福了；苦可受尽，受尽则没有苦。我们做人，要明白这种道理。在困难的环境中，欢喜接受逆境，这样便无怨恨，也没有不满现实的心在作祟。

研究佛法的人，其思想和行为，与世俗人正好相反。世俗人是顺着生死去造业，修道人是逆着生死来消业。无论在什么境界上，处之泰然，心安理得，便不觉得苦。所谓“吃得苦中苦，方为人上人”，这是至理名言。

现在讲一个受苦的公案，作为参考。明朝最后一位皇帝，名叫崇祯。他虽有皇帝的智慧，可是没有皇帝的福报。为什么？因为他的苦没有受尽。他前生是个沙弥，因为未到受具足戒的时候，就死了，所以还是个小沙弥而已。他做沙弥的时候，凡是搬柴运水的苦工，都由他来做，任劳任怨。天天做苦工，来护持道场。

有一天，他到房顶修理屋瓦，不慎失足，坠地而死。师兄弟就去报告方丈和尚。老和尚知道前因后果，想成就小沙弥，替他了苦。于是乎，对大家宣布："这个小沙弥，做事不小心跌死，对道场有很大的损失。因为他犯了侵损常住的过错，要惩罚他。你们用马来把他的尸体拖散为止，免得买棺材埋葬。"大家一听方丈的话，不以为然。师兄弟们发恻隐之心，而不听方丈的命令，因为不忍心这样去做。于是共议："我们是师兄弟，同修一场，应该把他安葬，不可用马拖尸。"乃出钱买棺材安葬于荒山中。

这个小沙弥，因为替庙做苦工，积有功德，来生为人，做了皇帝，身为崇祯。可是只做了十六年的穷皇帝。他在位的时候，天下大乱，内有李自成造反，外有清兵侵境，没有过一天好日子，都是在忧患煎迫中度日。这事是被好心的师兄弟害了他，使他的苦未能了尽。如果他们当时听方丈的话，用马拖尸，苦便了了，不会害得崇祯在煤山自缢，而为国殉难。

四十．去妄心存真心

心要正大光明，方能照破一切黑暗。

《华严经》上说：

若人欲了知　　三世一切佛

应观法界性　　一切唯心造

你行佛心，就是佛；你行菩萨心，就是菩萨；你行缘觉心，就是缘觉；你行声闻心，就是声闻；你行天人心，就是天人；你行人心，就是人；你行阿修罗心，就是阿修罗；你行畜生心，就是畜生；你行饿鬼心，就是饿鬼；你行地狱心，就是地狱。所谓"十法界不离一念心"。由此可知，一切的一切，都是由心所造出来的。

有一首关于"心"的偈颂，说得很有道理：

三点如星布　　弯钩似月牙

披毛从此起　　作佛也由它

仔细研究之，说得很恰当。人在世上，要存正心，不可存邪心。什么是正心？就是菩提心、平等心、大慈心、大悲心、怜愍心、布施心、惭愧心。什么是邪心？就是自私心、自利心、嫉妒心、怨恨心、骄傲心、妄想心。我们修道的目的，就是去妄心存真心，也就是除邪心生正心。

我们一举一动，要存正念，就是正知正见。存邪念，就是邪知邪见。有邪念的人，或者以是为非，以非为是，将黑作白，将白作黑，颠倒是非，黑白不分。他所作所为，自己认为是对，结果造成罪业，要堕地狱，自己还不知道。因为这样所以佛苦口婆心来规劝，不怕麻烦地一次又一次叮咛："不要走错路！不要误入歧途！"也就是告诉我们修道人，在道场中不可造恶业。所谓："毋以善小而不为，毋以恶小而为之。"

时时要战战兢兢，深省警觉，"如临深渊，如履薄冰"，来改善自己的习气毛病，改善自己的恶劣行为，改善自己的聪明鬼、伶俐虫。要把自己弄清楚，不可糊糊涂涂混日子，以盲引盲，互相欺骗。搞得世界乌烟瘴气，令世界一天比一天危险，最后成了世界的末日，同归于尽。

有正念的人，能引导世界的人，走向正大光明之路。人人有同情心，人人有互助心；你帮助我，我援助你，大家互相帮忙。所谓"助人为快乐之本"，又可以说"为善最乐"，你要发善心做善事，这种快乐，无言可形容只有行善者，才能体会其中意味。各位不妨试试行善事的滋味如何？它有妙不可言的乐趣。千万不要走黑暗弯曲的路，不但自己会有失足之忧，也会引人误入歧途。所以心要正大光明，方能照破一切黑暗。

四十一．迷时师度，悟时自度

要相信自己的智慧，不要相信自己的愚痴，这一点是非常的重要。

现在是打禅七（一九七七年十二月十五日）的时间，诸位时时刻刻要提起“话头”，去参禅，去用功。修道人，要自己修行，不要依赖他人，更不要依赖师父。我们是打禅七，不是打师父七。这一点要弄清楚。

有人这样地想：“师父在万佛圣城的时候，我就用功修行。师父离开万佛圣城，我就不认真修行。”这种思想，实在要不得。无论师父在不在万佛圣城，都要勇猛精进地修行，贯彻始终，才有成就。否则，尽做表面的工作，那是自欺欺人的行为，永远得不到解脱。

参话头！就是参“念佛是谁？”念佛是谁？这要参！是哪一个？说是“我”在念佛，那么，我死了，这个“我”又跑到什么地方去？根本那不是“我”。这样来说，没有“我”了。既然没有“我”，那么，在还活着的时候，就不需要修行了？这是不正确的想法。应该怎样？就是要参本来的面目，父母未生以前的面目，是什么样子？参明白了，就可开悟。

念佛是哪一个？时时刻刻在追究，分分秒秒不放松。其实用这种功夫就是以毒攻毒的方法。念佛是谁？虽然也是一个念，但是用一念控制一切念，用这个妄想，停止一切妄想。制止到了极点的时候，水落石出，真相大白，便能开悟。

什么是开悟？就是真真实实认识自己是怎么回事，证得空理，知道一切是虚妄，这是真知道。知“本来无一物，何处惹尘埃”的这种境界，也就是“明心见性”的境界。所谓：“明心无难事，见性不知愁。”明心的人，什么也不愁。所谓：“自古神仙无别法，广生欢喜不生愁。”这是修道人的座右铭。

修道人，无论遇到顺或逆的境界，皆不动心。若能有这样的定力，那就不会被境界所转，而能转境界，这才是修道人的真功夫。所谓“泰山崩前而不惊，美色当前而不动”。男人见到西施那样美的女人，当做骷髅观，自然不动其心；女人见到潘安那样英俊的男人，当做白骨观，自然不动其心。否则，见到美女或俊男，心猿意马，七上八下，不知如何是好！若是这样没有定力，那就失去道业，多么可惜！

今天我们听了三步一拜两位行者的来信，晓得他们有这样不可思议的境界，有护法善神的保佑。所谓“感应道交”，他们诚心地拜，真心地念，于是乎感动了天龙八部，时刻在他们的身边，处处逢凶化吉，遇难呈祥。我们要将他们两位作为借镜，照照自己是怎么回事。要回光返照，看看自己是不是这样的清净，这样的光明，这样有智慧，这样不打妄想。

各位！听经闻法，要自性自悟，自悟自度。不要依赖师父，要依赖自己所谓“师父领进门，修行在个人”。要相信自己的智慧，不要相信自己的愚痴，这一点是非常的重要。我们打禅七的目的，就是自性自度。六祖大师曾经说过：“迷时师度，悟时自度。”

我们现在参禅，应该分秒必争，不可把宝贵的时光空过。所以在打禅七的时间，佛也不拜，过堂也不念供。为什么？就是给大家专一用功的机会。多一分钟参禅，便多一分钟开悟。哪有时间去打闲岔？去充壳子？去开小会？若三三五五，讲是讲非，讲些无意义的话，把开悟的时光，轻易放过，尚不自知。这样的参禅，就是参八万大劫，也没有希望。在打禅七的时间，一定要老老实实去参！参“念佛是谁？”参“父母未生以前的本来面目？”这是开智慧的钥匙。

四十二．参禅要克服痛关

我们是来这里参禅，而不是来这里混光阴。

◎

一九八二年一月一日至八日禅七

开

示于万佛圣城万佛宝殿

今天是新年，我祝各位新年快乐。本来这是世间的风俗，我们出世的人，不应该再有这种习气。可是，要知道我们大家还在这个世界上，如果和世间距离太远，那么，和人的距离也远了。所以还是依世俗之礼，向你们说一句“新年快乐”。又说一首偈颂：

今逢一九八二年　十方聚会来参禅

回光返照观自在　万佛城中选圣贤

新年是快乐，我们参禅，应该得到禅悦为食，以参禅作为饮食。真正参禅的人，吃饭或未吃饭？忘了。穿衣服或未穿衣服？忘了。睡觉或未睡觉？忘了。参到极点处，上不知有天，下不知有地，中不知有人，和虚空合成一体，到无人、无我、无众生、无寿者的境界。既然是这样子，那么，腿痛也不怕痛了，腰酸也不怕酸了，一切一切，都要用忍耐功夫来忍受着。既无人、无我、无众生、无寿者，那又有谁在痛呢？尤其是这种痛要过关，痛过去就不知痛。如果过不了关，便总是在痛中。若过了关，不但不知痛，而且非常自在，非常快乐。

“参禅”这一法门，没有再比它更妙的，能得到禅悦为食，法喜充满的境界。因为这个缘故，所以古来参禅的人，可以连坐几天，不起于座。那么，他的腿痛不痛？当然痛啊！可是他能忍受着。能忍人所不能忍的，能

受人所不能受的。他有一种勇猛精进的力量，只知向前进，不知向后退，所以才有成就。

参禅要有忍耐心，那是开悟的本钱。好像做生意一样，有了本钱，生意才能发展，才有希望赚大钱。我们参禅，要克服痛关。通过痛关，过了关之后，光明大道就在眼前，直达明心见性的境界。没有过关时，好像“山穷水尽疑无路”的境界；过了关，好像“柳暗花明又一村”的境界。我们参禅，要有“舍不了死，换不了生；舍不了假，换不了真；舍不了苦，得不了乐”的精神，才能有所成功。

若能把困苦艰难的关打破，然后才能得到另外一种境界。因为这个缘故，所以我们要专一其心来参禅。各位注意！我们是来这里参禅，而不是来这里混光阴。要拿出真正的志愿来参，拿出真正的忍耐来做。要知道世间的事，没有不劳而获的。没有出力，而想得到成就，哪有这样容易的事？那是痴人妄想，不可能的事。非得拿出真正的力量来，才能有所成就。新年大家都有新希望，希望今年开悟，希望大家向这个目标迈进，若不到开悟的境界，不停止参禅。

四十三．怎样才够资格参禅？

不愿做的事，要忍耐去做；受不了的苦，要忍耐去受。

无论做什么事情，都要经过一番的锻炼，然后才会成功。参禅的法门，更不容易，要受多方面的辛苦和锻炼，才能上路。

凡是打禅七的人，最重要的是有忍耐心：自己不愿做的事，要忍耐去做；受不了的苦，要忍耐去受。要有这种精神，才够资格参禅。否则，一切免谈。身在禅堂内，心在禅堂外，参到何时，亦是枉然，无有成就可言。

我们欢喜做的事情，更要努力去做，不要辜负来参加打禅七的初衷。既然心甘情愿来受锻炼成金刚之体，那么能受得了苦，更应该去受。所谓“受苦是了苦，享福是消福”。这一点，各位要特别注意。

四十四．一身病苦从何来？

在往昔造了恶业，所以今生受这种果报。

法界佛教总会下属法界佛教大学，组织亚洲区访问团，到东南亚弘扬佛法。在未起程之前，我便知道会有种种的障碍，因为我到什么地方弘法，一定会被人所嫉妒和障碍。为什么？因为我太直，不会同流合污，所以遭人嫉妒。可是我有把握，邪不胜正，牛鬼蛇神，无能为患。

我有信心，佛菩萨时时护我的法。我所到之处，虽然遇到很大的障碍，可是不起作用，不会发生意外的问题，处处逢凶化吉，平安无事，这是蒙佛菩萨的加持。

我所到的地方，每天有很多患病的人，来求医治。凡是患病的人，皆因业障深重。若是没有业障，则不会生怪病。凡是来见我的人，都是生奇怪的病，中西医皆束手无策，无法医治的绝症。

生怪病的人，在过去生中，多数贪便宜，不肯吃亏；或者吝啬成性，一毛不拔，不肯布施，救济穷人，处处为自己着想，不为大家着想，时时自私自利，见利忘义，所以搞得业障一天比一天重，终于生了怪病。

还有，患怪病的人，在往昔曾毁谤三宝，甚至谤大乘经，所以堕落在地狱受苦。从地狱出来，再转为畜生，或为飞禽、或为走兽。做完畜生，再转做人，可是做人时，多数六根不全，有种种的缺陷，或是瞎子、或是聋子、或是哑巴、或是瘸子，总而言之，生理不健全。这类的人，在往昔造了恶业，所以今生受这种果报。

受这种果报的人，本应该生大忏悔心，多作功德事，才是对的。可惜他们不但不觉悟，而且爱财如命。求我治病，还想贪便宜，希望不要花钱，就能治好病。他们业障这样的重，还想贪便宜，这是多么的可怜！

我为什么对各位说这件事呢？因为令各位提高警觉，谨慎小心，不可造恶业，在佛教里不可诽谤三宝，不可谤大乘经，不可狐疑不修行，不可妄语欺骗人。如果造这种种的恶业，将来一定会堕落地狱。到时候，做师父是爱莫能助，无法援救。事先声明，免得届时埋怨师父不救你出地狱。

四十五．贪着境界会招魔

参禅的人，应该要无着无贪。

“参禅”这一法，要脚踏实地地参，埋头苦干地修，勇猛向前进，决不向后退。有这种的恒心，才是真正的参禅人。在参禅时，用“忍耐心”来克服一切疼。腿痛不管它，腰酸不理它。要想开悟，就得忍耐。不能忍耐，就不能开悟。

这个忍，包括忍饥、忍渴、忍寒、忍痛，一切都要忍耐。若是能忍，就破除我执。若没有一个我的执着，向内观心，心也没有了；向外观形，形也没有了；向远观一切物，物也没有了。这时“内无身心、外无世界”，这就是一个空。

这个空，还不能执着它，如有一个空的存在，那还是一种执着。要把空也没有了，才能与法界合而为一，与虚空没有什么分别。这种境界到了极点，就是一个定。在定中，不是糊糊涂涂的，而是明明白白的，所谓“如如不动，了了常明”。不是说，我坐禅有所企图，贪着有个什么境界现前。如果有这种妄想，便会招魔来扰乱。

在《金刚经》上说：“凡所有相，皆是虚妄，若见诸相非相，即见如来。”所以，参禅的人，不能执着境界的存在，更不要贪着神通。若有贪着，便会走火入魔。也不要贪着虚妄的名利，否则会入旁门左道，成为魔王的眷属，实在可怕之至！

我们参禅的人，应该要无着无贪，所以才说：“佛来佛斩，魔来魔斩。”用金刚王宝剑（智慧）斩断一切。好的境界不贪，坏的境界更不贪。千万不要贪小小的境界，认为这是功夫，那会误入歧途，不可不慎！

在打禅七的时间，把我忘了，把人忘了，把时间忘了，把空间忘了，所谓“扫一切法，离一切相”。什么也不执着，一切放下，这时候，便能进入四禅天的境界。

四十六．四禅天的境界

一念不生全体现，六根忽动被云遮。

参禅参到忘人无我的境界，便到初禅“离生喜乐地”。在这阶段，破了众生的执着，而得到禅悦为食，法喜充满的受用。在此定的境界上，呼吸停止，无呼无吸，不出不入，有一种特别的快乐。这种快乐，是妙不可言的。总之，这是一般人得不到的快乐。

二禅是“定生喜乐地”。在定中得到最大的欢喜。坐在那里，不饮不食。脉搏也停止，等于死人一样，可是还有意念，知道自己在静坐。

三禅是“离喜妙乐地”。在定中离开禅悦为食，法喜充满这种的欢喜而得一种妙乐。这种妙乐，无法可形容出来，是微妙不可思议的。在此境界把念头也止住了，没有意念。所谓“一念不生全体现，六根忽动被云遮”。

四禅是“舍念清净地”。意念不但止住，而且也舍了。这时候，得到非常清净、非常微妙的快乐。四禅的境界，还是凡夫的地位，尚未证果，不要

以为了不起，此境界离证果尚有一段距离，应该努力去参，再接再厉去参，进一步才到“五不还天”的境界，那才是入圣人法性流。

有个无闻比丘，他参到四禅的境界，误认为证了果位，所以到处宣传，自己证了果。因为他对佛法不彻底了解的缘故，所以打妄语，最后堕于无间地狱。

四十七．参禅的秘诀

在自己的自性上用功夫，不是向外驰求。

禅译为“静虑”，又为“思惟修”。思惟就是参；静虑就是“时时勤拂拭，勿使惹尘埃”。“思惟修”就是教你提起话头，念兹在兹，时刻不忘的意思。所谓“朝于斯，夕于斯”，在自己的自性上用功夫，不是向外驰求凡是外来的境界，若是跟着它跑，便很容易走错路。从自性生出的境界，才是真境界。这一点，希望各位要弄清楚。否则便上魔王的当，终于做他的眷属。

静虑这一法，要绵绵密密地用功，不要间断。在用功的时候，好像母鸡在孵蛋那样地专心，又好像龙在养珠那样地谨慎，又好像猫在捕鼠那样地忍耐。参禅要有“坚、诚、恒”的心，不可有骄傲的心。不要以为我比谁都高，比谁都强。如有这种思想，那就是狂魔入体，功夫不会进步。

参禅的时候，不可打妄想。打妄想没有真实的受用，浪费大好时光。参禅要有忍耐心、长远心。参禅的秘诀，就是忍，忍不住也要忍；忍到极点，豁然贯通，明朗开悟。若没有忍耐心，不能吃得苦，不能耐得劳，遇到境界，便投降了，这种行为最要不得，是参禅的大忌。

四十八．金刚王宝剑斩妄想

就用“谁”字，向下凿，凿到水落石出，便是成功时。

参“念佛是谁？”就是一把金刚王宝剑，能斩断一切妄想。妄想是开悟的绊脚石。释迦牟尼佛在菩提树下，初成正觉时，便说：“奇哉！奇哉！大地众生，无不具有如来智慧德相，但因妄想执着，而不能证得。”佛明明白白地告诉我们，为什么不能成佛？就因为妄想执着，所以要破妄想执着如何破法呢？就用“谁”字，向下凿，凿到水落石出，便是成功时。

参禅，就是参这个“念佛是谁？”时时刻刻在脑海中研究这个问题，不间断地研究。时间一长，自然有消息。所谓“久坐有禅，久住有缘”，坐的时间久了，自然有禅。居住的时间久了，东邻西舍，自然有缘分，情感融洽，和平相处。

参禅参到火候时，不但没有妄想，而且脾气小了，烦恼少了，人品高了气度也大了。这时候，智慧现前，明白是非，辨别善恶，把贪嗔痴清理得干干净净，只有戒定慧大放光明，照见五蕴皆空。

四十九．净极光通达

心明如镜，光明普照，无拘无束，无挂无碍。

参禅的功夫，是由忍耐中得来的，是从受苦中换来的。不是说，我参得腿痛，就向后退，遇着困难就要投降。这样不会有相应处，必须要坐到极点自有境界现前。

所谓“净极光通达”，净到极点，智慧光明便现出，通达宇宙，照天照地。这时候，没有贡高我慢的心，没有骄傲自大的心，没有嫉妒他人的心，也没有障碍他人的心。看大地的众生，皆有佛性，皆堪作佛。这时，智慧时时现前，愚痴时时减少，心明如镜，光明普照，无拘无束，无挂无碍。

在禅堂里是修“戒、定、慧”三无漏学。在禅堂不讲话，没有妄言、绮语、恶口、两舌，把口造四恶的门关上了。在禅堂专一其心参话头，不生贪

念、不生嗔念、不生痴念，把意造三恶的门关上了。在禅堂静坐不动，不会杀生、不会偷盗、不会邪淫，把身造三恶的门关上了。这时候，五戒十善具足。行住坐卧，都修习定。定力具足，慧力现前，所以才说“净极光通达”。净极，就是定；光通达，就是慧。

五十．修行如何开智慧？

因为有择法眼，所以正法、邪法一目了然。

为什么要修行？因为愚痴，尽做颠倒事，在轮回中受苦，不得自在。因为求智慧，所以要修行。有了智慧才不会被魔境所转，也不会认贼作子，更不会一边修行，一边起贪心，能认识清清楚楚。因为有择法眼，何者是正法何者是邪法，一目了然，不会有鱼目混珠的现象。

怎样能开智慧？唯一的办法，就是参禅打坐，可以转识成智；或者诵“楞严咒”，这是开智慧的咒；或诵《楞严经》，那是开悟的经，开悟之后，智慧现前；或研究三藏十二部经典，所谓“深入经藏，智慧如海”。

五十一．出乎意料之外

这真是末法时代，才有妖魔鬼怪到处作祟。

这次到东南亚弘法，见到许多人有奇奇怪怪的病，又见许多奇奇怪怪的事。以前我没有注意，想不到居然有假冒喇嘛，利用下蛊的手段，来控制护法。真令我惊奇！这真是末法时代，才有妖魔鬼怪到处作祟。

这次在马来西亚，遇到很多怪疾怪事，说起来真令人痛心！冒牌喇嘛想控制信徒，用一种蛊毒，下在护法人的身上，令受害者生一种怪病。假冒喇嘛们便从中控制善男信女。这种行为，坏到极点，将来的果报，真不堪设想。

以前我知道加拿大有个马田喇嘛，他的行为很不正当。想不到在亚洲竟然还有这样多玩弄邪术的人。不但在亚洲有这种假冒的佛教徒，恐怕在美洲也一样有的。现在美国有奇奇怪怪的病发生，也许与他们有关系吧！

世界的人类，还不觉悟，迷迷糊糊觉得密宗有什么妙法，可以即身成佛。想走快捷方式的人，以为学习密宗之法，便会很快得到利益，这是一种错误的观念。今天本来不愿讲这些不道德的事，但是我不能不说。为什么？因为恐怕有人以盲引盲，误入歧途。所以才说一说，供诸位作为参考。

五十二．古德经验之谈

如果不打妄念，不管到什么地方去，都是平安无灾难。

所谓"性定魔伏朝朝乐，妄念不起处处安。"我们为什么不满现实？不满环境？因为性没有定，所以向外驰求，到处去寻找。这是贪心在作怪，若是没有贪心，什么也不求，什么也不找了。这时候，心平气和，天天是快乐。如果事事不知足，这样也不满足，那样也不满足，便妄想纷飞，总觉得不够。这样就发生种种苦恼。

性若是定了，无论遇到什么魔，都能降伏，这时天天都是快乐，这种快乐，不是从外边来的，而是从自性发生的。如果不打妄念，不管到什么地方去，都是平安无灾难。所以这两句偈颂，是古德经验之谈，身临其境，亲自体会出来的箴言。

五十三．世界佛教的中心

时时搭衣，日中一食，夜不倒单，持银钱戒，严守戒律，注重威仪，才能令佛教复兴，发扬光大。

万佛圣城是西方佛教最完整的一个道场，是最用功的道场，也是最修行的道场。凡是来万佛圣城修行的人，都要有德行。没有德行的人，在万佛

圣城是住不了的。万佛圣城可以说是世界佛教的中心。佛教在亚洲是末法时代，可是在美洲是正法时代。所以处处要遵照佛制修行，作为世界佛教徒的榜样。

在城里弟子恢复佛在世的规律，“时时搭衣，日中一食，夜不倒单，持银钱戒”。凡是佛所立的戒律，万佛圣城的比丘和比丘尼一律遵守不犯，严守戒律，注重威仪，现出家人相。这样才能令佛教复兴，发扬光大。

五十四．修道修的是什么？

用功的人，处处要吃苦，时时要耐劳，绝对不找小便宜。

打禅七！打禅七！万佛圣城的禅七是不休息的，拼命用功，努力参禅这是用来考验参禅人的功夫，究竟到了何等程度。大家要拿出真功夫来参禅，才能证得真实的境界。

在禅堂参禅的人，不要躲懒偷安，贪图便宜。要晓得那是欺骗自己的行为。所谓“公修公得，婆修婆得，不修不得”，这是至理名言。有人认为是占了便宜，实际是吃了大亏。为什么？好像到了宝山，空手而归，一无所得，多么可惜！

用功的人，处处要吃苦，时时要耐劳，绝对不找小便宜。修行尚且贪便宜，何况做其它的事。可想而知，这一类的人，可以说是德中之贼，修行之败类，叫人痛心。这种人，不会有发展，更不会有成就。

凡是参加这个禅七的人，在无量劫以来，都是躲懒偷安，所以没有成就。到今天还是这样，习气不改，毛病不除。等到什么时候，才能了生脱死恐怕遥远无期吧！

各位！要痛下针砭，不要随着性情去躲懒偷安。在这样好的道场中，再不努力修行，那是不堪造就，我也无能为力了。希望各位好好修行了生脱死的法门——参禅。

参禅好像龙养珠、猫捕鼠、鸡孵蛋那样专一其心，绝无二念，要那样来用功。用功的人，时时刻刻拿起金刚宝剑（智慧剑），观照功夫，看参禅这一念，是不是在用功？还是在打妄想？如果在打妄想，时时把这个念收回来这叫“念起即觉，觉之即无”。

我们每个人，都有妄想，不过有轻重之分。若没有妄想，那么真正的智慧，必定现前。就因为我们从无量劫以来，生生世世所造的业不同，所以妄想也不同。业重妄想多，业轻妄想少，成为正比例。妄想从什么地方来的？是从无量劫所造的业那里来的，也是被业风所吹，就起了妄想。

妄想好像大海，本来是风平浪静。一旦风起，则兴起波浪。波浪是从风那里来的，所以要把业风平静。业风平，妄想便少了。怎样平业风？就是不造恶业。所谓“诸恶莫作，众善奉行”。一切妄想的波浪不起，智慧自然现前。智慧现前，能破一切无明妄想。这时，一切习气毛病都改了。

我们修道修什么？就是改习气毛病。习气毛病不改，永远不会和道相应。习气毛病一改，才能与道合一、与真合一、与觉合一。所以修道人，要时时刻刻注意改良习气毛病。

从什么地方来注意？先从衣食住行着手。所穿的衣服，不必太讲究，清洁整齐就可以了。如果贪美食、贪味道，那就是习气没有除。所住的房子不要住豪华大厦，能挡风挡雨就可以了。如果贪图住得舒服，睡得舒服，那就是习气没有除。行的问题，古时人是安步当车，现在人是汽车代步。这是

因为交通方便，但不要坐名贵的车。假如仍有这种思想，那就是习气没有除。

衣食住行的习气，都能改变，这才是无心道人。在禅堂参禅的人，都是无心道人，无心道人若是用心，那就错了，我们要学的是无心道人。

五十五．要供养无心道人

在禅堂参禅一定要用功，完成使命，达到悟的境界，才不负众望。

《四十二章经》上说：

供养一百个恶人，不如供养一个善人。

供养一千个善人，不如供养一个受五戒的人。

供养一万个受五戒的人，不如供养一位出家人。

供养十万个出家人，不如供养一位证初果圣人。

供养百万个初果圣人，不如供养一位证二果圣人。

供养千万个二果圣人，不如供养一位证三果圣人。

供养万万个三果圣人，不如供养一位证四果罗汉。

供养四果罗汉的功德，不如供养一位无修无证的智者（无心道人）。

由此可知，供养无心道人的功德，是无可限量。

我们在禅堂参禅，一定要用功，完成使命，达到悟的境界，才不负众望否则把大好时光空过，不但对不起自己所发的心愿，也辜负师长之期望。这一点，希望各位深深反省一下，检讨这次禅七所得到的是些什么？

五十六．在美弘法如火中栽莲

虽然困难，但我用最大的忍耐心，令佛法在美国扎下根，蓬勃生长。

在这个国家（美国）弘扬佛法，是很不容易的。好像火中栽莲一样，又好像登天那样难。虽然是这样的困难，可是我用最大的忍耐心，来到这个国家开拓佛教的新大陆，令佛法在这个国家扎下根去，蓬勃生长。

记得我在三十岁以前，谁也不认识我，谁也不知道我。所到之处，也没有人注意我。虽然在年轻时，我曾于母亲的墓前守孝三年，但那是在家时的事，有很多人晓得这件事。可是出家之后，没有人知道我是谁。我到处都是韬光养晦，因为我没有什么光，所以无人注意我。不像现在年纪轻轻的人，爱出风头，搞名搞利，我和这些人完全相反。

三十岁以后，来到香港，自己建筑一所小房子，在那儿用功修行。过着“苟全性命于乱世，不求闻达于诸侯”的隐居生活。在香港隐居了十多年来到美国，最初六年，无人知晓，静心修道。

一九六八年以后，渐渐有人知道我在旧金山弘扬佛法，传习禅理。这时，有人来听法，有人来修道，开始有美国人出家，受具足戒，成为美国人真正出家为僧尼的先河。

五十七．令人惊奇的怪事

学佛法，要学正知正见的大乘法，不可学邪知邪见的法。

这次到亚洲弘法，有那样多人来听佛法，并不是我讲得好，而是我讲得真。我是不讲假话的，处处往真的地方去做。直言直行，不用任何手段来待人接物。我要说的话，不管在什么地方我都要说，我也不怕得罪人。我不要说的话，在什么地方我也不说，绝对不打妄语，不欺骗他人。

大概是因为我是从美国去的，所以才有这样热烈的反应。有很多人，特意来听我讲法。虽然来听，可是多数是抱着观望的态度来听。我所讲的经，用通俗道理来讲，令一般人都能接受，绝对不讲令人听不懂的哲理，这是我讲经说法的一贯的宗旨。

这次到亚洲，得到很多经验。以前我对喇嘛的印象很好，以为他们也是修道人。对于其他僧侣的印象更好，以为他们严守戒律，保持原始佛教

的作风，没有变质。想不到他们没有慈悲心，所行所作，违背佛制。不但有些冒充喇嘛会向人下蛊，利用卑鄙手段来害人，就是某些似是而非的佛教徒，也采用这种手段来迷惑人，令人失去本性，受其控制。我觉得很惊奇！这种伤天害理的事，竟然发生在救人济世的佛教中，实在令人不敢相信，可是事实摆在眼前，不能不信。

人人想学密法，本来欲得利益，想不到反受其害。所以学佛法，要学正知正见的大乘法，不可学邪知邪见的法。稍有不慎，便容易落在邪见坑里，被邪人所迷惑，这是末法现象的特征。身为佛教徒的我，看到这种不良的现象，非常痛心。所以我们今后对冒牌喇嘛和假佛教徒，本着“敬鬼神而远之”的态度，不要以为他们有什么法术？有什么道业？这一点，要特别小心，免受其害。

我们在因地的时候，不种恶因，将来就不会结恶果。要种清净的因，时时一心向道，不生半点染污心。时时循规蹈矩，不调皮，不捣乱，将来一定会结清净的果。

若现在于因地时，不守规矩，将来到果地时，一定痛苦无边，受尽苦的果报。各位！我对你们说的话，都是真实语，绝非戏论。不要当作耳边风，吹过去就算了。

五十八．修道不可错因果

对因果不可以不谨慎，不可以不小心。

这么多年来，有些人修道已经有十几年的历史，可是还糊涂不清醒，不懂因果，也不怕因果，这是很危险的一件事。所以，修道要特别谨慎，不要错因果。错了因果，铸成大错，后悔莫及，所谓：

一失足便成千古恨，再回头已是百年身。

因果是丝毫不爽，错了因果，“失之毫厘，谬之千里”。所以对因果不可以不谨慎，不可以不小心。

各位注意！不要一面修行，一面打妄想，放不下世俗的享受，要认清楚自己是做什么的？如果天天打些邋遢的妄想，必会错因果，将来一定堕地狱。并不是吓唬你们，而是实实在在的情形。

五十九．人以类聚，物以群分

一切不要为自己打算，要以大众的利益为前提。

所谓“善一伙，恶一群，什么人找什么人”，的的确确是这样的情形。世上的人，各从其类。读书的人和读书人做朋友，种田的人和种田人做朋友，乃至于做生意的人、做官的人、做工的人，互相为好友，彼此往来，聚集在一起，感情融洽，互惠互助。即使是畜生，也是这样；马和马在一起，牛和牛在一起，羊和羊在一起，猪和猪在一起，和睦相处。

我们人为万物之灵，智慧比较高，畜生的智慧比较低。为什么会有这种现象？因为畜生经过阎罗王化学工厂的淘汰，其灵性被分开了，所以只有小部分的、不完整的灵性存在，所以畜生的智慧比较低。

有人发问：“怎样把灵性分开呢？”譬如有一个人，他因为业障深重所以转为畜生。虽然是畜生，可是不一定为一个畜生，甚至为十个或者二十个（转高等畜生为一身，转低等畜生为多身）。这样便把智慧分开为许多份，所以智慧越分越低。

畜生都是有贪心的，无明很重，刚强好斗。好像鸡狗，虽然物以群分，但是它有斗争的思想。两只鸡相遇，必定战斗；两只狗相遇，必定打架。这是为什么呢？就因为食物，而起悭贪、舍不得。这就是前生为人时，那种自私自利的习气未除，所以做畜生的时候，这种自私自利的心，仍然存在。

我们学佛法，就是要消除自私自利的思想，一切不要为自己打算，要以大众的利益为前提；再能无所求，所谓“人到无求品自高”，这时候，什么也不求，顺其自然，行所无事，达到不争、不贪、不求、不自私、不自利、不妄语（万佛圣城六大宗旨）的境界。世界人类都有这种思想，一定和平相处，绝无战争。这时候，人人注重道德，不会做亏德的事。不注重道德的人，也会做有德行的事。所谓“德者本也，财者末也”。我们在这世界上，人人一定要安分守己，奉公守法，努力修道，完成使命。

六十．世界为何有战争

人人有这种你争我夺的思想，这世界焉能没有战争？

因为人人有贪心，贪而无厌。贪得则喜，贪不得则嗔。因嗔而愚痴，因愚痴而战争，这是发生战争的根本原因。非得斩草除根，天下才能太平。如何除根呢？就是不争、不贪、不求、不自私、不自利、不妄语。

我们和任何人，任何事、任何物，不争、不贪、不求，在这种生活中，才是真正的快乐，真正的明白。不明白的人，在这世间同流合污，人在求名求利，我也求名求利。人人有这种你争我夺的思想，这世界焉能没有战争？

要真正了解这个世界，不是个平安的世界，随时随地都可能发生核子战争，人类的生命和财产一扫而光。为什么会有这种现象出现？为什么教我们对境界要看破，要放下呢？因为没有妄想，没有执着，就会得到自在。

要想不发生核子战争，非得人人改恶向善，去邪心、存真心，不贪、不嗔、不痴。对一切的人，要有“布施、爱语、利行、同事”四摄法和“慈、悲喜、舍”四无量心。人人能如此，世界的危机，才可以解除。否则的话，终有一天会爆发，而山河大地、房廊屋舍，终将会同归于尽。所谓“劫数难逃”

众生业力所感，真正到了坏劫的时期。目前的时局，真令人不寒而栗，有谈虎色变之感。

六十一．万佛圣城中选圣贤

画饼不能充饥，说食不能充饱，还是要脚踏实地去修行。

我们现在参禅，是为开智慧，不是为争第一。有人想：“哦！我的功夫了不得！我在西方人中是最用功的修行者。”有这种思想的人，必是贡高我慢大愚痴的人。在佛教里不允许有这种思想行为存在，佛教是让而不争要晓得参禅是为开悟而参，不是为我慢而参。在禅堂里要往真善美来参，“举动行为管自己，行住坐卧不离家”。

真正修道人，不见人之过。不要做镜子，专照人家不照己。为什么？因为它只能向外照，不能回光返照。我们参禅人，要回光返照照自己。所以我在前天新年时，说一偈颂：

今逢一九八二年　十方聚会来参禅

回光返照观自在　万佛城中选圣贤

参禅要回光返照，不向外驰求，看看自己在不在？在，就是没有打妄想；不在，就是在打妄想。如果不打妄想，那就自在，这是很简单的道理。谁能回光返照，谁就能自在，谁就能入圣贤之选，入圣贤之流。可是要拿出真功夫来，不是口头上说。画饼不能充饥，说食不能充饱。还是要脚踏实地去修行，拼命去参！参！参！参到“山穷水尽疑无路”的时候，自然会有“柳暗花明又一村”的新境界。

佛说：“一切众生，皆有佛性，皆堪作佛。但以妄想执着，不能证得。”我们都有成佛的希望，可是背觉合尘，回不了家，也就是回不去常寂光净土，所以在这娑婆世界流浪生死，不得出离。

六十二．修行如同做生意

多作善功德，就赚钱；多造罪孽过，就赔本。

我们在今生做点善事，来生就富贵；今生做点恶事，来生就贫贱。好像做生意一样，会做生意的人就赚钱；不会做生意的人，就赔本。多作善功德就赚钱；多造罪孽过，就赔本。这是因果律，万古不变的定律。

我们从无始劫以来，有时赚钱，有时赔本。赚一点钱时，就心满意足，不肯努力再经营，慢慢便赔本了。在赔本时，又兢兢业业来做生意，久而久之又赚钱了，如是周而复始，在这种情形之下流转不已！所以不能了生脱死，跳出轮回之外。这是说在好的时候，不肯修行，所谓“富贵学道难”，在艰难困苦的时候，才知修行。

所谓“前生不修今生苦，今生不修来生苦”，这种道理和做生意一样一般人，只知做小本钱的生意，不知做大资本的生意。为什么？第一资本（善根）不够，第二经验（智慧）不足，所以没有大发展。什么是大生意？就是出离三界的生死大事。

各位！想一想，这种生死问题怎么办？怎样能断生死的长流，停止轮回的波浪？唯一办法，赶快来到万佛圣城参禅。以这个法门，就能断绝生死长流的波浪。

参禅的人，想得开，放得下，才有进步。如果看不破，放不下，那就有苦恼。有了苦恼，就到轮回中受生死。若是把生死的苦都忘了，与道相违背，则辜负参加参禅的初衷。

六十三．糊涂生命糊涂人

把来的路和去的路，弄明白了，才算不是糊涂人。

世界有“成、住、坏、空”四个步骤，人有“生、老、病、死”四个过程事有“生、住、异、灭”四个阶段。

“劫”代表时间的单位，一增一减为一劫。增劫的计算，从人寿十岁开始，每一百年，增加一岁，身高增加一寸，增到人寿八万四千岁为止。减劫的计算，从人寿八万四千岁开始，每一百年，减去一岁，身高减去一寸，减到人寿十岁为止，这叫一劫。一增一减为一小劫，二十个小劫为中劫，四个中劫为一大劫。

世界“成”的时候，有二十个小劫；“住”的时候，有二十个小劫；“坏”的时候，有二十个小劫；“空”的时候，有二十个小劫。成住坏空四个中劫，共有八十个小劫，是为一大劫。大劫的时间是很长，不是我们凡夫的智慧所能想象得到的。

人的寿命，到二十岁时，代表“成”劫；到四十岁时，代表“住”劫；到六十岁时，代表“坏”劫；到八十岁时，代表“空”劫。二十岁以前，是生长知识的时期；四十岁以前，是发展事业的时期；六十岁以前，是病老的时期；八十岁以前，是死亡的时期。

物的生住异灭的道理，亦复如是。由因缘而“生”，由因缘而“灭”，中间经过“住”期和“异”期。物成之后，经过一段住的时期，慢慢变异而起化学作用，又慢慢消“灭”了，这是必然的现象，所谓“无常”，是自然的定律。

在这种情形之下，真正能明白的人不太多，真正能修行的人也不多，大多数是在这里糊里糊涂混光阴。由生那一天起，到死那一天为止，自己也搞不清楚自己在做什么，一生就胡混过去，人类都是这样，迷迷糊糊把光阴混过去了。

我们要寻找光明的道路，才知道我从什么地方来的，我到什么地方去把来的路和去的路，弄明白了，才算不是糊涂人；否则就是糊涂人。

来时糊涂去时迷　　空在人间走一回

莫如不来亦不去　　亦无糊涂亦无悲

我们被业所牵，所谓“业不由己”，而生到这世上来还报。因为在往昔所造的业不同，所以今生就受不同的报，所谓“业网交织”。因为种种因缘和种种境界，而造成人的糊涂生命。但人还不知道，总觉得活在世上蛮有意思，也不去想办法了生脱死，这是很可悲的一件事！

六十四．人死只有业随身

凡是看不破，放不下，就是业障。障碍你不能上升，乃至障碍你出不了三界。

从前有位最富有的人，他一生最欢喜珠宝和金银，可以说“珠宝满仓库，金银堆成山”，成为世界第一大富翁。因为他最欢喜金银珠宝，所以他的大儿子名叫钻石，二儿子名叫金子，三儿子名叫银子，小儿子则名叫业障，不知为什么缘故。

他一生爱钱如命，吝啬成性，不肯布施去救济穷人。自己享受，天天美食，大鱼大肉填肚子。可是吃来吃去，脑满肠肥，成为大肚子，于是乎便患了高血压，不久就中风（脑溢血），半身不遂，行动不便，卧床不起。可是他舍不得花钱请护士照顾，所以想叫自己四个儿子轮班侍候。这样既省钱又得天伦之乐，不料大儿子、二儿子以及三儿子皆反对，只有小儿子细心照料。不久，小儿子也罢工，不管他了。

这位最富有的人，就这么一气之下，病势就加重了，到奄奄一息的时候。他又想，我自己到阴间去，无人作伴，这太寂寞了，于是想叫大儿子陪

他去，乃唤大儿子到病床前，说："钻石！我快要死了，感觉一个人太寂寞你能不能陪爸爸一起去死呢？"大儿子一听，便皱眉头地说："爸爸您老糊涂了，我怎能陪您去死呢？"说完扬长而去。

他又唤二儿子到病床前，便说："金子！爸爸对你很好，很疼爱你，我现在快要死了，你可不可以陪伴我死呢？"二儿子一听，把眼睛一瞪地说"岂有此理！要死就快点死，不要发神经！"乃怒气冲冲地走了。

他又唤三儿子到病床前，便说："银子！我对你不错，你所要求的事，爸爸皆满你的愿，今天爸爸要死了，希望你陪爸爸一起去死。"三儿子一听，大发雷霆地吼叫："你这个老东西！我应该把你打死，免得作怪。"说完之后，转身就走，还狠狠地说："你真应该死！"

这时，无有余策，这个富有的人，便很悲哀地痛哭流涕向小儿子说："业障！我虽然不爱你，可是你是我的小儿子，你愿不愿意跟着我去死？"小儿子不加考虑，很慷慨地说："我愿意陪爸爸一起去死，您到什么地方去？我跟您到什么地方去，免得爸爸一个人太寂寞。"富人一听，心里很舒服，两眼一闭，两腿一伸，到阎王殿去报到，结束一生。

这个公案，警惕世人，不要贪恋红尘，无常转瞬即至。

渐渐鸡皮鹤发　　堪堪行步龙钟

假饶金玉满堂　　难免衰弱病老

任你千般快乐　　无常终是到来

唯有径路修行　　但念阿弥陀佛

人生在世，莫待老来方学道，试看那些孤坟，尽是少年人。不要留恋世间的五欲（财、色、名、食、睡）之乐。所谓"万般带不去，只有业随身"，好

像这个富有的人临死时，金银珠宝带不去，只有业障陪他去，这是最好的证明。

我们要赶快觉悟，发菩提心，修无上道，才能了生脱死，没有白来这世界一趟，不要再糊涂一辈子。切记这两句话，把它作为座右铭：

见事省事出世间

见事迷事堕沉沦

有首偈颂，说的道理很正确，今天不妨说出来作为参考，仔细地研究，有一番哲理在其中。是这样说的：

鱼在水里跃　　人在世上闹

不知为善德　　亏心把孽造

金银堆成山　　闭眼全都撂

空手见阎王　　愧心把泪掉

六十五．业和情

凡是看不破，放不下，就是业障。

六道轮回，就是天道、人道、修罗道、畜生道、饿鬼道、地狱道，按照业的轻重和情的深浅来判断。所谓“业重情迷”，这种人死后堕地狱。所谓“业深情痴”，这种人死后做饿鬼。所谓“业重情浓”，这种人死后转畜生。业越轻，情越浅，便往生于三善道。到“业尽情空”的时候，便是圣人。

业重，就是时时刻刻存着邪知邪见，不怕因果，见利忘义，做些伤天害理的事。情迷，就是遇到感情，没有智慧，便着迷了。所谓“理智控制不住感情”，任其发展，便铸成大错。这类众生，将堕落在地狱里。这种业太重的人，就是佛菩萨来耳提面命，来教化劝说，他也不会听的。真理他不听，只信邪理，这一类的众生，虽然做人，可是无药可救。

业深情痴的众生，他的业障虽然很深，但是没有那样的重。遇到感情便糊涂了，分别不出是道、不是道？是法、不是法？境界一来，便随着境界转了，转到什么地方去呢？转到饿鬼道去，到那时候，悔已晚矣！

业重情浓，业障虽重，犹比入饿鬼道者较轻点；情感虽浓，还比入饿鬼道者较浅一点；这种人，将来转为畜生，受各种不同的痛苦，其苦不堪设想

“业”是一种最公平的惩罚，堕落不堕落，乃由感情来分别。只知有情，不知有智这种人，将来一定堕落在三恶道中，这是毫无疑问的。你存什么心，就到什么道中去。修道人的一举一动，一言一行，明眼善知识一看便知，将来他会堕落在哪一道中受生。

凡是看不破，放不下，就是业障。障碍你不能上升，乃至障碍你出不了三界。凡是对着境界而生出执着，就是情感。见到境界，便生执着，这皆是情感的作用。诸位要深自警惕，不要被情感所牵而不能出离，当知“一失足便成千古恨，再回头已是百年身”。盼共勉之！

六十六．众生教　人教　心教

佛教像是虚空，能包括所有无量世界。

刚才许教授讲：“世界的宗教，有独神教、多神教、全神教。”但是没有讲无神教，也没有讲有神教。何谓神？聪明正直谓之神。什么是佛？佛是位觉悟者。谁能大公无私，谁就是神。谁能有大智慧，谁就是佛。

神不是独神，佛不是独佛，神、佛是最民主的，谁都有资格做神佛。好像民主的国家，人人皆可当选为总统，可是要有才能，才会被选为总统，替老百姓服务。有人说：“天主才是真神。”这种说法，不合逻辑，单单一个天主，他能做些什么事情呢？所以，我们要把神教变成民主作风，人人可

以成神；把佛教变成民主思想，人人可以成佛。绝对不要那样的独裁，也不要那样的专制。

宗教不应该用强迫的手段，来威胁或利诱人信教，应该用感化力劝导人信教。要出于自然，心甘情愿来信教，那才是真信。若勉强来信，或用感情来信，那是假信，可能另有企图。世界各国的宪法，都规定“有信仰自由”这一条。人民信仰宗教自由，政府绝对不干涉。

宗教自由，不是把人绑上，强迫信教；也不是把人囚在监狱，命令信教“你只可以信我的宗教，不可以信其它的宗教。”这就等于把人绑上一样没有信仰自由。各人有各人的信仰因缘，中间有许多因素，多数是环境所造成，或者因为某一种因素所造成的。信仰应该比较自然，不可用强迫手段逼着人信仰某宗教。如有这种行为，那和所传的教义便相违背，不但不能给信徒快乐，反而增加愁肠，统统失掉传教的意义。

我所讲的佛教，不是像印度所讲的佛教，也不像中国所讲的佛教，更不像日本、泰国、缅甸等国家所讲的佛教。为什么？因为我所讲的佛教是尽虚空遍法界的佛教。《华严经》的境界，就是尽虚空遍法界，圆融无碍的境界。佛陀曾经说过：“一切众生，皆有佛性，皆堪作佛。”人人皆有作佛的资格，不管信佛不信佛，将来都可成佛。由此可证，佛教不是独裁的宗教而是民主的宗教。

佛教绝对没有这种思想：“只有我一个人才可以成佛，你们凡夫俗子只有给我做奴隶的资格。”佛说：“没有一个人不可以成佛，不但人可以成佛，就是所有的众生，皆可成佛。”这种思想，多么的民主；其它宗教，望尘莫及。

有人说："我不愿成佛，所以我不信佛。"你不信佛，不愿成佛，那是暂时的问题，将来你自己也做不了主。为什么？举出一个例子来说明：譬如今天想吃这种东西，到了明天，你的胃口有改变了，又想吃另外一种味道的东西。同是一个人，为什么今天想吃这个，明天想吃那个？这是最简单的比喻。对于衣食住行四大项，尚有很多的改变，何况信仰宗教，更有改变的可能。

有人说："我皈依三宝，我永远信佛。"要知道，出家人也会还俗的，现在这种人大有人在，这不是改变吗？信佛之后，又不信佛，去信天主教或基督教。信佛教尚能改换，那么若信其它的教，谁能保证他不会改信佛教？这一生是这样，来生更没有把握。你能保证今生不信天主教，不信基督教，来生能保证或不能保证呢？我相信你绝对做不得主，你若能做得主的话，那你就不会死了。

就因为你做不得主的缘故，所以不管怎样有学问，怎样有财富，到时候都会死的。一切改变了，一切环境又不同了。你今生不信佛，到来生会信佛。来生不信佛，再来生会信佛。总而言之，你终会信佛的。

有人说："我不相信有来生！"你不相信有来生，那就无话可说。你觉得人死了，什么也没有，没有轮回、因果和报应。爱做什么就做什么，甚至杀人放火，只要对自己有好处，都可以做。为什么？因为没有来生，不受果报。那么，就能随心所欲，胡作非为。但那是不行的，所谓"善有善报，恶有恶报"。善恶到头终有报，不是不报，只因时候未到。既然知道有报，就要行善止恶。果报各有不同，或在今生报，或在来生报，乃至多生报。总之，

种瓜得瓜，种豆得豆，种麦得麦，种稻得稻，种什么因，便得什么果，因果是丝毫不爽的。

我所讲的佛教，包括一切，所谓“尽虚空，遍法界”。谁能跑出法界外谁就不用信佛；谁能跑出虚空外，我就不把他算作佛教徒。如果不能跑出虚空法界之外，那就是佛教徒，这是我讲佛教的宗旨。当然，有些人听了之后，觉得这种理论不顺耳，但是久而久之，就认为是对的。为什么？因为我不和任何宗教分家，分门别户。

我把所有的宗教，合并为一家，所以我把佛教叫做“众生教”。因为谁也跑不出虚空法界外，谁都是众生，所以佛教乃是众生所学之教。我又把佛教改为“人教”，因为所有的人，都有做佛的资格。只要专一来修行，最后会成佛。我又把佛教改名为“心教”，因为人人有心，修行是去妄心、存真心。有妄心是凡夫，有真心是佛。所谓“十法界不离一念心”，这一念心就是真心。

宗教本来是没有的，因为宗教只为对治人的病。人的病，就是贪嗔痴，宗教就是戒定慧。所谓“勤修戒定慧，息灭贪嗔痴”，贪嗔痴是绝症，戒定慧是特效药，有药到病除的奇效。

宗教越多，人的自私心就越大。这个宗教说：“我的宗教最好。”那个宗教说：“我的宗教最真。”又有宗教说：“我的宗教最伟大。”又有宗教说：“我的宗教最无上。”没有一个宗教说：“我的宗教是最坏的。”大家都用一个最好的名词来自我宣传。外表是好的名词，内容好不好？不得而知，恐怕有问题吧？我们要学真正的宗教，不要互相诽谤，也不要彼此攻

击，要和平相处，劝人向善，改邪归正，这才是宗教的使命。不要为拉信徒，而不择手段，那是卑鄙的行为。

我所信的教，不是一定好的，可是我愿意信它，因为佛教是开智慧的教。为什么说它不好？你看！所有的人，并不是都是好人。我把不好的人包括在佛教里，所以佛教也有不好的。佛教像是虚空，能包括所有无量世界，哪个世界没有厕所？如果没有厕所，怎能成世界？所谓“清者浊之源动者静之极”。好是从坏处形容出来的；坏是从好处比较出来的。好到极处便该坏了，坏到极处便该好了，所谓“物极必反”、“否极泰来”，这是必然的变化。

我们要明白真实的道理，那是什么呢？一言以蔽之，就是我们本有的智慧。有智慧的人，不会说糊涂的话，糊涂人不会说有智慧的话。有道德的人，不说亏德的话；无道德的人，不说有德的话。为什么？关键在智和愚的分别。所以我们研究宗教，要实事求是，不可意气用事，甚至引起宗教战争

许教授又说：“有种宗教，引发战争。”那不是宗教之错，而是宗教徒之过。他们不明宗教的宗旨，反而感情用事，引起争论，发生战争。所谓：“上德不德，下德执德；执着之德，不明道德。”这话说的道理很不错。